Toate cele trei regnuri ale naturii – mineral, vegetal și animal – au reprezentat pentru om un inestimabil argument de studiu, fiind adesea explorate pentru a servi în scopuri de remedii curative. Ființa umană poartă în ea urmele evoluției sale prin aceste trei regnuri: mineralele ca și componente ale vaselor și regulatoare ale multor funcții ale organismului; regnul vegetal, în ce privește sistemul nostru nervos, cu controlarea durerii, a plăcerii și a altor senzații; regnul animal pentru ansamblul instinctelor ce ne caracterizează.

ISBN 973-636-143-8

140.000 lei
14,00

Cristaloterapia

Fabio Nocentini

Fabio Nocentini

Cristaloterapia

Tehnici energetice cu pietre și cristale

Mineralele, fiind un grup de atomi cu un câmp energetic intens, au facultatea de a interacționa cu mediul înconjurător și cu omul.

Editura Antet

Fabio NOCENTINI

CRISTALOTERAPIE

Tehnici energetice cu pietre și cristale

Traducere de
Petru Neghiu

ANTET

Titlul original: INIZIAZIONE ALLA CRISTALLOTERAPIA
TECHNICHE ENERGETICHE CON PIETRE E CRISTALLI

Copyright © 2002 by Edizioni Mediterranee
Copyright © 2005 Editura ANTET XX PRESS, pentru prezenta versiune românească

Toate drepturile asupra acestei ediții aparțin Editurii Antet XX Press, orice reproducere a unui fragment din această carte inclusiv prin fotocopiere sau microfilm este strict interzisă.

Redactor: Turturel Năstase
Tehnoredactare computerizată: Gabriela Chircea
Coperta: Ion Năstase

ISBN 973-636-143-8

Tipărit la **S.C. TIPARG S.A.**
DN 65B - Varianta Autostradă-Slatina
Geamăna, com. Bradu - jud. Argeş
Tel.0248-615417; Fax: 0248-221348
E-mail: office@tiparg.ro

Fabio Nocentini s-a născut la Florența în 1965. După o licență în literatura engleză cu o teză despre proza narativă fantastică, a urmat studii despre simbolism și ezoterism, apropiindu-se în mod deosebit de terapiile naturale. A frecventat cursuri de naturopatie la „Școala Italiană de Medicină Holistă" din Florența și la alte instituții similare; a urmat un masterat în Reiki tradițional după metoda Usui, interesându-se de tehnicile de reechilibrare energetică prin folosirea cristalelor. Autor de articole în reviste de specialitate, precum și al volumului „Inițiere în remediile florale californiene" (Roma, Edizioni Mediterranee, 1998), el colaborează cu asociația culturală „L'Elibé. Teatro di Behemont" din Florența desfășurând activitate de cercetare, precum și de susținere a unor cursuri de cristaloterapie, Reiki și floriterapie.

Tatălui meu, expert în cunoașterea regnului mineral.
Mamei mele, susținătoare asiduă a înclinațiilor mele.

Oricine ar dori sfaturi despre folosirea cristalelor sau informații despre cursurile de cristaloterapie, Reiki sau floriterapie îl poate contacta pe autor la sediul asociației culturale „L'Elibé. Teatro di Behemont". La asociație se țin și cursuri la disciplinele holiste, teatru-dans și dans contemporan.

Adresa asociației:
Via S. Zanobi, 57
50129 – FIRENZE
Italia
Tel: 055 290674
Fax: 055 602666
http://www.lelibe.supereva.it
e-mail: gentian@dada.it

CUPRINS

Prezentare 9
1. Proprietățile regnului mineral 11
2. Tipologiile cristalelor naturale 20
3. Câmpul energetic uman și chakrele 26
4. Profilul pietrelor celor mai folosite în terapie 58
5. Purificarea, activarea și regenerarea pietrelor și cristalelor 112
6. Meditație cu un cristal 122
7. Trusa cu ustensile de bază pentru cristaloterapie 124
8. Prepararea cristalului activator 126
9. Programarea unui cristal 128
10. Noțiuni generale pentru operarea cu pietre și cristale 133
11. Apele energizate și elixirele 140
12. Centrarea terapeutului 147
13. Ședința de cristaloterapie 149
14. Exemple de tratament 158

Apendice
Citirea chakrelor cu ajutorul pendulului 170
Corespondențe între florile lui Bach și cristale 173

PREZENTARE

Această carte expune câteva tehnici de lucru pentru oricine dorește să folosească terapia cu pietre și cristale. Interesul crescând pentru cristaloterapie, veche disciplină holistă, redescoperită astăzi, derivă din conștientizarea faptului că întreaga materie, inclusiv cea care aparent este inanimată, nu este altceva decât o formă de energie, caracterizată printr-o densitate diferită față de lumină, spre exemplu, care și ea este o formă de energie: teoria relativității, formulată în 1905 de Albert Einstein, ca și descoperirile fizicii moderne cuantice aduc confirmări cu caracter științific acestui concept, exprimat încă din antichitate de către știința exoterică. Materia anorganică este organizată pe structuri diferite față de om, de plante și de animale, dar chiar și în aceasta regăsim molecule și atomi, în interiorul cărora vibrează particule subatomice, cum sunt electronii; astfel de particule, prin caracteristicile lor particulare, ne arată că presupusa distincție între materie și energie, în realitate nu are sens: materia și energia se întrepătrund în asemenea grad încât la nivelul infinitezimal – la nivelul particulelor subatomice – una se transformă în alta, confirmând faptul că avem a face cu două aspecte complementare ale aceluiași fenomen.

În temeiul unei atare considerații, care va fi reluată și amplificată în paginile următoare, se poate afirma că și mineralele, fiind un grup de atomi în care se remarcă prezența energiei, au facultatea de a interacționa cu mediul înconjurător și cu omul. Dorința de a studia și înțelege mecanismele acestei interacțiuni, împreună cu experimentarea directă și experiențele personale, au condus la redactarea acestui manual, ce va putea constitui baza de plecare pentru nespecialiști și o ocazie de aprofundare pentru cei care se interesează deja de mai multă vreme de fascinanta lume a cristaloterapiei.

Lucrarea este structurată astfel încât să dea un cadru aprofundat despre cum se operează la nivel energetic prin mijlocirea utilizării cristalelor de cuarț și a mineralelor de diverse tipuri: vor fi descrise formele, proprietățile și folosirea unor astfel de instrumente. Un capitol este dedicat corpilor subtili ai omului și celor șapte vârtejuri (vortexuri) energetice majore care în tradiția orientală poartă numele de **chakra**: vârtejurile

de la 2 la 6 sunt analizate nu numai sub aspectul anterior ci și sub cel posterior. Pentru fiecare chakra vor fi propuse unele remedii florale, ale lui Bach și californiene, adecvate pentru a le reechilibra funcțiile; în apendice, un tabel ilustrează corespondențele dintre florile lui Bach și cristale. Sunt expuse tehnicile de purificare, de activare și regenerare, iar o altă secțiune, amplă, este dedicată caracteristicilor specifice ale pietrelor folosite în cea mai mare măsură în terapie. Alte informații vor fi date cu referire la programarea unui cristal și prepararea apelor și elixirelor de pietre. În partea finală se prezintă descrierea particularizatoare a modalităților de desfășurare a unei ședințe terapeutice și se listează diferitele tehnici de tratament cu ajutorul pietrelor și cristalelor. În lucrare sunt, în sfârșit, redate numeroase referiri la gândirea și experiențele altor autori care activează în planul cristaloterapiei și al disciplinelor holiste în general.

De îndată ce cercetătorul va fi dobândit încredere în tehnicile descrise aici și se va fi sintonizat cu limbajul mineralelor, dezvoltându-și ascultarea, intuiția și sensibilitatea, beneficiile nu vor întârzia să apară. Totuși, trebuie avut în atenție faptul că cristaloterapia nu reprezintă o disciplină exhaustivă, în stare să rezolve singură multiplele probleme ce aduc atingere ființei umane, iar cunoașterea proprietăților energetice ale pietrelor și cristalelor nu trebuie să inducă de loc voința de a acționa asupra sa însuși și a altora, renunțând la intervenția medicului. Cristaloterapia trebuie considerată mai curând un mijloc de favorizare a menținerii unei condiții energetice satisfăcătoare, la ea urmând să ne referim ca la o metodă de vindecare naturală care promovează cunoașterea omului în totalitatea sa: o totalitate constituită nu doar din corpul fizic, ci și din acele planuri subtile pe care doctrinele inițiatice din toate timpurile și culturile încearcă să le cunoască, încă din zorii umanității.

1. PROPRIETĂȚILE REGNULUI MINERAL

Obișnuința de a ne folosi de minerale, de pietre prețioase și de cristale în scopuri foarte diferite, este foarte veche și se regăsește în toate civilizațiile, în Occident și în Orient. Dacă folosirea în scopuri artistice și decorative a pietrelor reprezintă aspectul cel mai vizibil, de un interes răspândit pentru acele daruri care se regăsesc în viscerele planetei, nu trebuie trecut peste importanța cunoașterii ezoterice, indispensabilă gândirii umane, potrivit căreia alegerea unor anumite geme față de altele în realizarea giuvaerurilor, obiectelor prețioase și instrumentelor adecvate pentru folosințe diferite nu este dictată de cerințe precise de tip simbolic, de ceremonial și energetic.

În cele mai importante texte mistice și ale științei nu sunt greu de găsit citate care se referă la pietre și geme: Biblia, considerată „sfântă scriptură" în Occidentul creștin, redă câteva referiri la folosirea în scopuri de ritual a pietrelor, ca, de exemplu, în prescripțiile privind podoabele de pe pieptul marelui Sacerdot: „Să faci hoșenul judecății, lucrat cu iscusință artistică. [...] Să îl acoperi cu pietre scumpe, înșirate în patru rânduri. Primul rând să fie: un sardeon (cornalină), un topaz și un smarald. În rândul al doilea: un rubin, un safir și un diamant. În rândul al treilea: un opal, un agat și un ametist. În rândul al patrulea: un crisolit, un onix și un iaspis (jasp). Acestea să fie inserate în căsuțele lor de aur. Pietrele acestea să fie cât numără numele fiilor lui Israel, adică douăsprezece; vor fi înșirate ca peceți pe umeri, fiecare cu numele său, după numele celor douăsprezece seminții." (Exodul, 28, 15-21)

Pe de altă parte, dincolo de ceea ce poate părea reclamă cu dimensiuni transcendentale, toate cele trei regnuri ale naturii – mineral, vegetal și animal – au repezentat pentru om un inestimabil argument de studiu, fiind adesea explorate pentru a servi în scopuri de remedii curative. Ființa umană poartă în ea urmele evoluției sale prin aceste trei regnuri: mineralele ca și componente ale vaselor și regulatoare ale multor funcții ale organismului; regnul vegetal, în ce privește sistemul nostru nervos, cu controlarea durerii, a plăcerii și a altor senzații;

regnul animal pentru ansamblul instinctelor ce ne caracterizează. Această idee a unui parcurs evolutiv prin cele trei regnuri ale naturii este valorificată de unele demersuri terapeutice recente: în primul caz, ne gândim la oligoterapia catalitică și la litoterapia dehelatoare[1]; în al doilea caz se are în considerare faptul că numeroase experimente au demonstrat capacitatea plantelor de a manifesta emoții, fenomen aflat în strânsă analogie cu efectele produse de remediile florale ale lui Bach și ale altor școli, asupra stărilor sufletești negative; în al treilea caz, în sfârșit, este cunoscut faptul că diferitele sisteme de vindecare, printre care organoterapia homeopată și așa-numita „pet-therapy", se bazează pe contribuția animalelor.

Și pietrele, deci, pot fi utilizate în scopuri terapeutice, în vederea stimulării evoluției, dar pentru a înțelege funcționarea lor în ședințele de cristaloterapie este necesar să ne referim la conceptul de **energie**. Dacă avem în vedere definiția dată de fizică energiei, aflăm că aceasta este capacitatea de a îndeplini un anumit lucru; lucrul dezvoltat este dat de **forță** pe **distanța** pe care forța acționează. Energia este foarte frecvent asociată cu materia, dar ea poate să nu aibă legătură cu corpurile materiale; un exemplu este dat de lumină și de alte frecvențe ale spectrului electromagnetic. Energia se prezintă în forme diverse: electrică, termică, cinetică, nucleară, gravitațională și altele. Potrivit unei legi a fizicii, energia nici nu se creează nici nu se distruge, dar poate fi convertită dintr-o formă în alta. Studiul relațiilor dintre materie și energie a cunoscut o dezvoltare de mare relevanță o dată cu enunțarea teoriei relativității, după

1. Oligoterapia catalitică este o disciplină născută în Franța în jurul anilor treizeci fiind opera lui Jacques Ménétrier: metale, metaloizi și elemente plastice (mangan, cupru, aur, argint, cobalt, sulf și altele) sunt administrate în cantități nemăsurabile pentru a declanșa reacții enzimatice în scop terapeutic. Litoterapia dehelatoare acționează după metoda homeopată și prezintă multe afinități cu oligoterapia: introdusă în Franța în cursul secolului XX de Claude Bergeret și Max Tétau, se folosește de minerale și roci diluate și dinamizate ce se iau pe cale orală. Ambele discipline se folosesc cu precădere în patologii de tip funcțional. Cine dorește să le aprofundeze poate citi: Jacques Ménétier, *La Médecine des fonctions*, Paris, Similia, 1989; Claude Bergeret-Max Tétau, *Précis de lithothérapie déchélatrice*, Paris, Maloine, 1984; Bruno Brigo, *Oligoelementi e litoterapici nella pratica clinica. Conoscere l'oligoterapia catalitica e la litoterapia dechelatrice*, Milano, Tecniche Nuove, 1999.

care spațiul și timpul sunt în legătură intimă și fiecare nu poate fi luat în considerare ca entitate separată. Spațiul și timpul formează un **continuum**, care, prin măsurări specifice, face inadecvate cele trei dimensiuni spațiale ale fizicii clasice și ale relativității așa cum o percepem noi. Aceasta se vede îndeosebi la nivelul particulelor subatomice, unde măsurătorile și experimentele desfășurate cu acceleratoare de particule nu răspund nici la criteriul newtonian al spațiului absolut, nici ideii de timp absolut care condiționează viața noastră cotidiană; apoi, în teoria relativității, este necesară întotdeauna evaluarea prezenței observatorului, adică variabila formată de persoana care realizează experimentul sau măsurarea: doi observatori diferiți, ce se mișcă cu viteze diferite față de fenomenele observate, vor dispune succesiunea fenomenelor într-o ordine cronologică diferită. Teoria relativității ne determină, deci, să transformăm schemele tradiționale de gândire cu care suntem obișnuiți și, după cum afirmă Fritjof Capra „consecința principală a unei asemenea transformări este că am înțeles că masa nu este altceva decât o formă de energie", pentru care „chiar și un obiect în repaus posedă energie înmagazinată în masa sa, iar relația dintre masă și energie este dată de faimoasa ecuație $E = mc^2$, unde c este viteza luminii"[2]).

Fizica cuantică a lămurit faptul că atomii din care este formată materia nu pot fi considerați simple „cărămizi elementare" a căror agregare determină corpurile solide: aceștia sunt formați din particule infinitezimale, electronii, ce se mișcă în jurul nucleului atomic pe arii deosebit de restrânse; atât electronii, cât și particulele ce formează nucleul – protonii și neutronii – nu prezintă acele similitudini ipotetice cu obiectele solide ale fizicii clasice. Particulele subatomice se comportă într-un mod duplicitar: în funcție de cum sunt observate, ele apar uneori ca particule, alteori ca unde, acest fenomen privind și lumina, care este fie un flux corpuscular, fie un ansamblu de unde electromagnetice (particulelor ce compun lumina li s-a dat numele de **fotoni** sau **cuante de lumină**). Particula, prin natura sa, este limitată la un volum extrem de mic, câtă vreme unda se propagă pe o arie în spațiu mult mai întinsă: această contradicție aparentă este rezolvată de fizica cuantică prin teza

2. Fritjof Capra, *Il Tao della Fisica*, Milano, Adelphi, 1982, pg. 74.

că, la nivel subatomic, nu putem spune că suntem în măsură să delimităm materia cu certitudine în arii precise, ci trebuie să admitem că materia este caracterizată de **tendința** de a se afla într-un loc sau altul; de altfel, faptele ce privesc lumea subatomică nu răspund la conceptul de timp absolut și liniar, deoarece chiar și acestea, caracterizându-se prin **tendința** de a se verifica, nu pot fi puse în legătură cu certitudine cu un moment determinat de timp. Această descoperire demonstrează că universul este unitar, de aceea nu este posibilă descompunerea materiei și faptelor realității noastre în componente minime, independente și susceptibile a fi izolate unele de altele; dimpotrivă, universul apare ca un ansamblu de relații, de interconexiuni, în care fiecare parte interacționează întotdeauna cu întregul.

În atom, forța electrică de atracție provoacă mișcarea în vârtej a electronilor (care au sarcină electrică negativă) în jurul nucleului (care are sarcină electrică pozitivă): electronii, comportându-se fie ca unde, fie ca particule, ating viteze foarte ridicate, chiar de 900 km pe secundă. Se deduce, așadar, că „aspectul solid al materiei este o consecință a unui „efect cuantic" tipic, aflat în legătură cu comportamentul duplicitar undă-particulă al materiei" și că vitezele înalte ale electronilor „fac astfel ca atomul să apară ca o sferă rigidă, așa cum se întâmplă cu o elice aflată în rotație rapidă, care apare ca un disc"; fiind „foarte dificil să comprime ulterior atomii", materia se prezintă simțurilor noastre cu „aspectul solid ce ne este familiar"[3]. Dar, dincolo de aspectul său solid, după cum am văzut, materia este marcată de energie. Tocmai pe aceste prerogative ale materiei se bazează terapia cu cristale și minerale, întrucât acestea sunt în măsură să interacționeze cu frecvențele energetice ale corpului uman. Apoi, cristalele și mineralele posedă unele proprietăți ce le sunt specifice, în măsură să valideze discursul despre energie. Să le vedem pe scurt.

Proprietățile fizice ale cristalelor pot fi distinse în: **scalare** (greutate specifică, punct de fuziune) și **vectoriale**, acestea din urmă, ce depind de structura cristalului, de o mai mare sau mai mică rețea cristalină, sunt cele care ne interesează mai mult în legătură cu tehnicile energetice pe care dorim să le practicăm.

3. *ibidem*, pag. 83

Proprietățile vectoriale sunt următoarele: conductibilitate electrică și termică, proprietăți magnetice, duritate, proprietăți optice. Rețeaua cristalină se definește ca fiind dispunerea spațială, determinată geometric, a atomilor și moleculelor în cristale, în temeiul căreia cristalele sunt în măsură să transmită vibrațiile care le traversează într-un mod perfect regulat, cu o oscilație fixă: pe o astfel de calitate se bazează funcționarea ceasurilor cu cuarț. Printre proprietățile electrice ale unor minerale, numim:

1. **Proprietatea piezoelectrică**: lovit și supus presiunii, mineralul se încarcă cu electricitate la suprafață; piezoelectricitatea este tipică acelor cristale ce au axe polare, care dezvoltă la extremități sarcini electrice de semn contrar când sunt supuse la tracțiuni mecanice de presiune, torsiune și tracțiune. Cristalele cele mai cunoscute în acest domeniu sunt cuarțul și turmalina, care sunt folosite în diferite sectoare industriale: spre exemplu, lăsând un flux de electricitate să traverseze un cristal de cuarț se provoacă în el vibrații intense, fapt pentru care cuarțul se folosește la unele aparate ca stabilizator de frecvență. La fel, turmalină este utilizată „pentru măsurarea presiunilor ridicate și pentru determinarea frecvenței tensiunilor electrice oscilante"[4].

2. **Proprietatea piroelectrică**: supus încălzirii, cristalul se încarcă cu electricitate la suptafață.

3. **Proprietatea triboelectrică**: la fel cu ceea ce se întâmplă în cristalele dotate cu cele două proprietăți precedente, la unele minerale sarcinile electrice se generează printr-o simplă frecare cu un material potrivit.

Dacă un mineral acționează ca un magnet atrăgând materiale feroase, sau se lasă atras, se spune că are **proprietăți magnetice**: chiar și această caracteristică, ce se pretează la utilizări industriale (spre exemplu pentru căutarea zăcămintelor de minerale magnetice), are un rol în terapie. Magnetita este un mineral ce prezintă în gradul cel mai înalt susceptibilități magnetice: facem, deci, trimitere la consultarea tabelului respectiv.

Duritatea, de care trebuie să ținem cont pentru a nu dăuna exemplarelor de care ne servim, mai ales dacă le păstrăm în

4. *Enciclopedia Italiana delle Scienze Minerali e Rocce*, Novara, Istituto Geografico De Agostini, 1972, vol. I, pag. 244.

același container sau le transportăm, este redată în ordine crescătoare potrivit scalei lui Mohs:

1. Talc
2. Ghips
3. Calcit
4. Fluorină (fluorură de calciu)
5. Apatit
6. Ortoclaz
7. Cuarț
8. Topaz
9. Corindon
10. Diamant

Fiecare mineral cu duritate superioară le zgârie pe cele cu duritate inferioară; se folosesc chiar valori intermediare ca 31 sau 71 și, în general, se spune că pentru a zgâria primele două minerale din scala lui Mohs este suficientă unghia, pe când pentru cele ce urmează (calcit, fluorină, apatit) este necesar un vârf ascuțit de oțel, care, totuși nu poate zgâria mineralele ce au duritate de la 6 la 10.

În ce privește **proprietățile optice** ale cristalelor, se consideră că în spectrul vizibil al luminii fiecare culoare își are lungimea de undă, rezumabilă astfel:

lungimea de undă minimă	lumină violetă	4000Å
lungimea de undă medie	lumină galbenă	5896Å
lungimea de undă maximă	lumină roșie	8000Å

Culoarea exemplarelor pe care le vom folosi este interesantă pentru scopuri terapeutice: în cadrul unei ședințe cu pietre colorate, frecvența cromatică a fiecărui exemplar permite, în fapt, efectuarea unui tratament de cromoterapie, recurgându-se la instrumente ușor de mânuit și întrutotul naturale.

După cum am arătat, cristalele și mineralele sunt folosite pe larg în industrie și în diferitele aplicații tehnologice. Iată alte exemple: unele tipuri de laser funcționează datorită unui rubin, în anumite aparate de uz dermatologic se recurge la un alexandrit; cipurile cu cuarț, pentru capacitatea lor de memorare sunt folosite la computere și în numeroase dispozitive electronice; lentilele și instrumentele optice sunt adesea obținute din cuarțuri. Lista ar putea continua: este suficient să adăugăm că, datorită transmițătoarelor cu tranzistori (care fructifică proprietățile piezoelectrice ale cristalelor), am asistat în ultimele decenii la o adevărată revoluție în telecomunicații, care a deschis drumul către tehnologia computerizată digitală modernă.

Fără cristale, deci, nu am fi putut ajunge la multe din descoperirile științifice care au caracterizat secolul al XX-lea. Adoptând două expresii ce ni se par proprii, putem afirma că „cristalele, îndeosebi cuarțul, sunt forme moleculare de energie în stare solidă" și că „lumea minerală este energie, o emană, o primește și o transmite"[5].

În cristaloterapie, pietrele și cristalele îndeplinesc roluri diverse, întrucât sunt considerate catalizatori de energie; dar caracteristica lor primară este aceea de a opera în acord cu o formă specifică de energie, reprezentată de gândirea persoanei ce le folosește în mod conștient. Cristalul evoluează împreună cu posesorul său: cât timp se află sub pământ, înainte de a fi extras, el este într-o stare de repaus, într-o stare de „adormire", dar de îndată ce este expus la lumină și interacționează cu proprietarul începe să „culeagă" gândurile și sfidările acestuia, reverberându-le în jur. Cristalele nu activează din proprie inițiativă, ele dezvoltă mai curând intențiile, pozitive sau negative, ale celui ce le întrebuințează: acestea îndeplinesc rolul de acumulatori, amplificatori și transmițători ai gândurilor, lăsând în exterior intențiile și tendințele operatorului care, mai mult sau mai puțin abil, se folosește de ele. Faptul că cristalul a început să se trezească și să acționeze pentru a veni în întâmpinarea exigențelor posesorului său se poate observa din ușoarele dar constantele lui schimbări în incluziunile ce îl caracterizează, precum și de transparența foarte mare pe care o dobândește cu trecerea timpului. După cum o confirmă și Katrina Raphaell, adesea cristalele de cuarț transparent „sunt întunecate în interior; aceste nebulozități pot, în schimb, să se clarifice pe măsură ce cristalul evoluează și crește peste limitele sale. De fapt, după ce a fost folosit în terapie, în meditații sau îmbrăcat încontinuu, el poate dobândi o transparență perfectă și uneori se poate schimba încât să devină de nerecunoscut. Acesta se va schimba pe măsură ce conștiința celui ce operează cu el va dobândi limpezime, reflectând în sine evoluția procesului de limpezire. Continuând să opereze cu cristalul și sintonizându-l cu sine, va fi ușor să se

5. Monica Giovine, Cristalli. *Il ritorno dello sciamano*, Pioltelo (Mi), Rangoni, 1997, pag. 9-10.

înțeleagă care-i sunt proprietățile contrare interne, potențialul și posibilitățile sale."[6].

Christa Faye Burka, o altă cercetătoare a proprietăților subtile ale cristalelor se exprimă astfel:

„În afară de faptul cum și unde este situat cristalul, pe corp, în dormitor, în preajma unei camere sau într-o rețea, el acționează în mod natural prin rezonanță. Pentru a deveni sensibili la acest proces trebuie să ne sintonizăm cu energia sa, iar a se sintoniza înseamnă „a fi pe același ton". Rezonanța este funcția naturală a cristalului și modul cel mai eficient în care un individ îl poate folosi. A ne focaliza numai asupra tehnicilor înseamnă a pierde sensul funcției reale și valorii cristalului de cuarț în lumea actuală."[7]

Este, deci, de înțeles cât de important este să intrăm în sintonie cu aceste instrumente naturale, operând în manieră intuitivă, punând în valoare percepțiile proprii și acordând timp pentru a asculta diferitele vibrații ale pietrelor și cristalelor, mesajele pe care acestea ni le dezvăluie. Burka continuă:

„O bucată de cristal conține în interiorul său zeci de mii de atomi care vibrează pe o frecvență determinată. Fiecare atom poartă o sarcină electrică, înăuntrul căreia schemele energetice pot fi primite, conservate și transmise. Cristalul funcționează în același mod ca și creierul uman. Amândouă primesc energie sub formă de impulsuri electrice de la universul vast. Nici unul nici celălalt nu au capacitatea de a funcționa independent ci, mai degrabă, absorb, culeg și amplifică schemele energetice de la univers prin intermediul rezonanței."[8]

Cristaloterapia este o disciplină care cere nu numai sensibilitate, intuiție și intimitate cu energiile subtile, ci și un control adecvat al minții. Exercitând o vigilență crescândă asupra propriilor procese mentale, vom dobândi rând pe rând facultatea de a ne stăpâni gândurile, emoțiile și intențiile, astfel încât va fi posibilă utilizarea cristalelor pentru a influența acele vibrații alterate care, în caz de boală, apar în sistemul energetic al organismului nostru. Și corpul uman, fiind format din atomi, este încadrabil în termeni de corpuri energetice, iar scopul

6. Katrina Raphaell, Cristalli. *Una terapia per il corpo e per lo spirito*, Milano, Xenia, 1990, pag. 61-62.

7. Christa Faye Burka, *La coscienza del cristallo*, Grignasco (No), L'Eta dell'Acquario, 1996, pag. 25-27.

8. *ibidem*, pag. 57.

esențial al cristaloterapiei este tocmai acțiunea asupra acestor nivele de realitate, mai rarefiate față de materie. Punând o piatră în contact cu corpul nostru, vibrația emanată de către aceasta va interacționa cu câmpul nostru energetic și se va produce un schimb reciproc de informații: piatra va transmite corpului propriul mesaj vibrațional, iar corpul va transmite pietrei calitățile energetice ale zonei pe care este pusă piatra. Din acest ultim motiv, este de o importanță fundamentală să se procedeze la o purificare a pietrelor utilizate într-o ședință terapeutică, potrivit sistemelor expuse în continuare.

Întrucât cristalele se caracterizează prin regularitatea reticulului cristalin, acestea sunt simboluri tangibile ale ordinei prezente în natură, iar datorită modelului lor vibrațional este posibilă influențarea câmpului energetic uman restaurându-i armonia: „cele mai mici particule ale materiei cristaline, molecule, atomi și ioni sunt dispuse în ordine și, fără îndoială, armonia structurii lor interne este cea care exprimă forța puterii lor „magice" și ne atrage atât de intens, încât noi căutăm așa de mult să o recreăm în noi."[9] Cristalele, ca expresie a energiei universale a cărei manifestare este și omul, sunt instrumente prin care este posibil să ne conectăm la fluxul energiei ce ne înconjoară, precum și să ne armonizăm cu ea și să ne „desfacem" blocările ce stau în calea deplinei sintonii a individualității noastre cu totalitatea universului. Cu ajutorul cristalelor reușim să trezim ariile psihologice neintegrate, părțile din umbră ale personalității, conflictele interioare ce conduc la boală: o dată ce astfel de conflicte au fost recunoscute și depășite, se întărește conexiunea cu calitățile noastre cele mai bune și înaintăm mai repede pe ulița evoluției.

Drept concluzie a reflecțiilor expuse până aici, cuvintele unui alt autor cercetător ne oferă o definiție rezumativă a modului în care se explică puterea de vindecare ce se atribuie cristaloterapiei: „acțiunea terapeutică a pietrelor intră în [...] grupul terapiilor bazate pe informație, ca și homeopatia, ca și remediile florale ale lui Bach, ca și aromaterapia. Ea se caracterizează [...] nu prin acțiune chimică, ci prin transmiterea de informație."[10]

9. Parimal Danielle Tonossi, *Les elixirs des cristaux. Découverte des cristaux, mode d'emploi des elixirs*, Romont (Suisse), Editions Recto-Verseau, 1993, pag. 19.

10. Michel Gienger, *L'arte di curare con le pietre. Un manuale*, Spigno Saturnia (LT), Edizioni Crisalide. 1997, pag. 149-150.

2. TIPOLOGIILE CRISTALELOR NATURALE

Înainte de a utiliza un cristal de cuarț, trebuie să-i fie cunoscute prerogativele în raport de forma naturală care îl diferențiază. Să fie atent observate cristalele prevăzute cu vârfuri: este ușor să dai peste multiple varietăți, dar din acest motiv nu este nevoie să se urmeze ad litteram categorizările date de cărți, întrucât nu toate cristalele existente pe planetă pot fi înscrise cu ușurință în categorii distincte. Formele cristalelor sunt cele ce trebuie întotdeauna interpretate, fiecare având semnificația sa și fiind adecvat unui scop fără a fi nevoiți să ne ținem de scheme fixe: este important îndeosebi ca operatorul să se întrebe ce semnificație are pentru el acel cuarț și la ce poate fi folosit, care-i poate fi proprietatea specifică. Deși forma influențează calitatea vibratorie a unui obiect și, deci, și caracteristicile sale energetice, Angelo Balladori recunoaște că multe proprietăți atribuite cristalelor de cuarț pe baza formei lor reprezintă exagerări: „Este de suspectat faptul că atâtea „distinguo-uri" între calitățile cristalelor ar putea fi zămislite de fantezia autorilor care stau prost cu argumentele; „maeștri" și „masteri" care, poate, au puține de învățat pe alții... iar acel puțin îl îmbracă în patos și îl lasă să cadă de la înălțime [...] O cărțulie [...] ilustrează vreo sută de forme diferite de cuarț, fiecăreia pretinzându-se a i se descrie calitățile particualre. Nu vreau să vă influențez, dar nu credeți că exagerează?"[11]

Având în vedere în mod deosebit așa-zisele **pietre „cernute"**[12], se atribuie proprietăți specifice unui cristal care în raport de forma sa naturală, intră într-una din următoarele tipologii: generator, biterminat, tabular, sceptru, tantric, relațional, laser, fantasmă, depozit de memorie și elestial. Un rol deosebit au și druzele de cuarț.

11. Angelo Balladori, *Guarire con i cristalli. Dall'antica sagezza rimedi e ricette per ritrovare salute e benessere*, Casale Monferrato (AL) Piemme, 1998, pag. 92-93.

12. Pietrele „cernute", aparținând familiei cuarțurilor sau altor familii sunt cele rotunjite și șlefuite artificial cu ajutorul unor mașini specifice: prelucrarea în cilindri ce conțin pulberi abrazive, care se învârt cu viteză constantă face ca acestea să se rotunjească și să dobândească strălucire. Numite și pietre barilate (pietre „butoiaș" din it. „barile"), ele sunt disponibile în multe magazine și reprezintă instrumentele de bază ale cristaloterapiei.

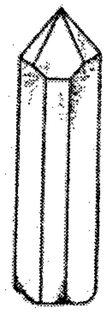


Fig. 1. Cristal generator

Fig. 2. Cristal biterminat

Fig. 3. Cristal Fabular

Generator (fig. 1) – este un cristal mic de cuarț brut, netăiat de om, ce poate avea dimensiuni variabile, dar care îndeobște va avea, ca toate cristalele, șase fețe. Dacă nu are șase fețe, înseamnă că a fost modificat de om. Generator este și un cristal mare care se ține comod în mână, lăsându-i afară vârful ascuțit și care, pregătit cum se cuvine pentru scopul propus, se folosește ca „activator" în cadrul ședinței de cristaloterapie (vezi capitolele următoare).

Biterminatul (fig. 2) – este un cristal „de legătură" care posedă la cele două extremități două vârfuri naturale: el se folosește în ședința de cristaloterapie pentru a uni pietrele unele cu altele, pentru a permite un flux continuu de energie de la un vârf la altul sau de la o chakra la alta. Un astfel de cristal se mai folosește în meditație pentru a comunica telepatic cu alte persoane, cu animale sau cu entități de natură diversă. În acest scop, el se ține cu unul din vârfuri în contact cu a 6-a chakra.

Prin **tabular** (fig. 3) se înțelege un cristal plat, turtit, la care lățimea celor două laturi mai mari este cel puțin dublă față de lățimea celorlalte patru fețe mai înguste. Se folosește pentru a transfera mai rapid energia de la o chakra la alta și poate fi pus, la fel ca și cel biterminat, pe corpul persoanei pe care o tratăm între o chakra și alta. Balladori adaugă că „spre exemplu, pus între chakra inimii și cea a gâtului (cu vârful spre gât), va energiza exprimarea verbală a dragostei."[13]

13. Balladori, op. Cit. Pag. 90.

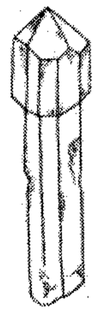


Fig. 4. Cristal sceptru

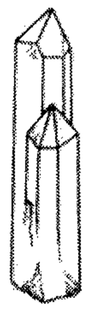


Fig. 5. Cristal tantric

Cristalul sceptru (fig. 4) are forma unui adevărat sceptru: partea superioară este prevăzută cu vârful ascuțit și este mai lată și mai groasă decât cea inferioară, încât seamănă cu un baston, cu un fel de mâner. Se folosește pentru meditație asupra unor situații ce trebuie să fie adresate cu hotărâre și siguranță – cum ar face un rege – este de ajutor în a dobândi putere, pentru a acționa în toate împrejurările în care este nevoie de a dezvolta simțul de comandă, stăpânirea de sine și voința. Evident, intențiile care ne determină să operăm cu un astfel de cristal trebuie să fie curate, dedicate ajutorării altora, altfel consecințele ar putea fi neplăcute. Sub aspect energetic, în timpul ședinței, se poate folosi pentru a întări carisma și forța voinței persoanei pe care o tratăm. Aceia care dovedesc o atracție specială pentru sceptru îl vor putea utiliza, la fel ca pe generator și laser, ca cristal activator.

Tantricul (fig. 5) este un cristal care în termeni mineralogici se numește „geminat": este format din două cristale distincte, ce pot fi bine individualizate, atașate la bază sau pe o latură. Cele două elemente ale cristalului sunt lipite (topite) împreună la bază și pe latură, încât formează un cristal unic. Un astfel de cristal se folosește pentru a opera asupra unui cuplu de persoane, doi îndrăgostiți, în probleme de cuplu pentru a favoriza uniunile, fie pe parcursul ședinței, fie ca instrument de propagare pentru uz personal.

Și **cristalul relațional** (fig. 6) este un cristal geminat, dar se deosebește de tantric, deoarece poate fi compus din mai mult de două cristale: fiecare dintre ele își menține, totuși, propria

individualitate, este bine vizibil, nu apare lipit la bază cu celelalte. Șanțurile de separare și laturile fiecăruia din cele două sau mai multe cristale sunt bine delimitate de la bază la vârf, sau găsesc diverse suprapuneri sau alte trăsături distinctive prin care fiecare cristal își exprimă propria unicitate. De aceea, cristalul relațional este potrivit pentru relațiile sociale: mamă și fiu, profesori și elevi, șef și subalterni, doi prieteni, un grup de colegi și așa mai departe, după numărul de cristale prezente.

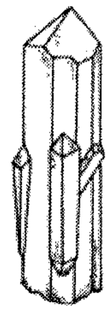


Fig. 6. Cristal relațional

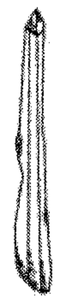


Fig. 7. Cristal laser

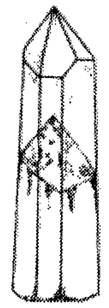


Fig. 8. Cristal fantasmă

Laserul (fig. 7) – este un cristal subțire și lung, subtil ca un deget mititel care se termină în formă de fus. Se folosește pentru ședințele avansate de cristaloterapie, fiind destinat dirijării fasciculelor de energie concentrată sau executării unor operațiuni ce necesită un „bisturiu energetic". Pentru anumiți autori, între care Balladori, laserul „este, prin excelență, cristalul terapeutului"[14]: în această lucrare nu se va trata despre folosirea unui astfel de instrument în așa-zisa „chirurgie energetică", deoarece tehnicile expuse aici se bazează pe folosirea unui generator (sau, eventual, a unui sceptru), cristale care, de asemenea, sunt în măsură să dea rezultate bune.

Cristalul fantasmă (fig. 8) prezintă în interior una sau mai multe „fantasme", adică siluete de cristale mai mici care marchează fazele de creștere ale cristalului însuși. Acest cristal este utilizat pentru a lucra asupra trecutului și a viitorului, asupra vieților anterioare, asupra situațiilor referitoare la spațiu și timp.

14. ibidem

Fig. 9. Cristal depozit de memorie

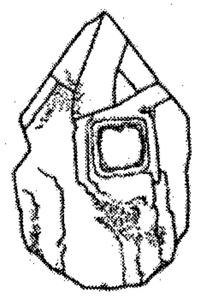


Fig. 10. Cristal elestial

Cristalul depozit de memorie (fig. 9) – este un cristal insolit, destul de rar: se recunoaște prin prezența unor semne particulare, ca: un triunghi, o spirală, un simbol format din trei puncte și altele asemenea. Astfel de semne – deoarece pot fi mai multe – sunt de obicei individualizabile, ca și cum ar fi fost incizate pe una sau mai multe fețe ale vârfului. Meditația periodică cu un depozit de memorie poate permite accesul la informații rezervate: este de reținut faptul că, în perioade neprecizate, au fost inserate în acest cristal mesaje și cunoștințe de diverse tipuri, precum și faptul că el permite să se stabilească îndeobște, contactul cu inconștientul colectiv sau cu istoria umanității și știința exotericǎ.

Elestialul (fig. 10) – este și el un cristal deosebit: în mineralogie este definit „cuarțul coș", uneori „cuarț schelet". Este cristalul capabil să mărească foarte mult autocunoașterea, până la a face să ne descoperim laturile cele mai ascunse ale personalității noastre; trebuie, de aceea, utilizat cu prudență. Adesea cristalele elestiale sunt asemănătoare țesuturilor creierului, după cum susține Raphaell: „Aceste cristale stabilizează undele de frecvență ale creierului și neutralizează formele confuze de gândire rătăcitoare. Când se întâmplă acest lucru, se activează chakra coroanei și glanda pineală intră în acțiune: rezultă o situație amplă de conștientizare. [...] Cristalele elestiale, prin natura lor, leagă stările cele mai profunde ale persoanei cu ceea ce ea posedă ca fiind cel mai adevărat, cu sursa și baza existenței. [...] Puterea elestialelor rezidă în capacitatea lor de a comunica minții ceea ce este sigur, autentic și adevărat. [...]

Aceste cristale ne conduc la miezul problemei, la adevăr, la linia de bază a fundamentului nostru structural,. Elestialele apar, de obicei, în viața noastră atunci când suntem pe punctul de a ne înrădăcina în întregime în esența noastră de bază."[15]

Cristalul druză (fig. 11) – sunt aglomerări de cristale, între care cele mai comune sunt cele de cuarț șlefuit și de ametist. Sunt, de obicei, folosite pentru curățirea și energizarea ambientală, precum și pentru îngrijirea și reciclarea cristalelor mai mici, prin simpla lăsare a lor peste acestea câteva ore sau pentru un număr impar de zile (1, 3, 7, 9): a se vedea capitolul referitor la purificare. Druzele, la fel cu alte cristale, trebuie mai întâi să fie purificate și activate cu sistemele ce vor fi descrise în continuare și chiar și acestea trebuie, din când în când, să fie regenerate prin împământare.

Fig. 11. Druza

O scurtă referire merită, în sfârșit, **cristalele curcubeu**: este vorba de cuarțuri, în general transparente, care din cauza unor mici fracturi prezintă în interior unul sau mai multe vârfuri în care lumina se răsfrânge în cele șapte culori ale irisului, creând fenomenul de curcubeu. Aceste curcubee minuscule incluse în cristal se dovedesc prețioase atât din punct de vedere simbolic, cât și energetic: curcubeul simbolizează liniștea de după furtună, bucuria și veselia, așadar operarea cu astfel de cristale devine deosebit de utilă în cazul formelor depresive. În plus, prezența celor șapte culori din care se compune lumina în interiorul unui cuarț transparent (care este chiar emblema luminii) îi mărește puterea energetică. Ar fi deci de dorit ca instrumentul fundamental al cristaloterapiei, cristalul activator, să conțină unul sau mai multe curcubee.

15. Katrina Raphaell, *Manuale di cristalloterapia*, Milano, Xenia, 1993, pag. 115-116.

3. CÂMPUL ENERGETIC UMAN ȘI CHAKRELE

Barbara Ann Brennan definește câmpul energetic uman ca „manifestarea energiei universale intim conectată cu viața omului"; acesta „poate fi descris ca fiind un corp luminos care înconjoară și pătrunde corpul fizic și care emite radiații cu totul caracteristice."[16] Câmpul energetic universal, investigat încă din timpurile trecute și definit în modalități diverse de către diferitele culturi, influențează nu numai omul, planetele și animalele ci și obiectele, traversându-le, saturându-le și legându-le unele de altele, astfel organizând materia și dându-i formă.

Într-adevăr, orice schimbare intervenită la nivelul materiei este precedată de o schimbare observabilă în câmpul universal: energia este transferată neîncetat în materie (să ne gândim, spre exemplu, la nașterea oricărei noi vieți, fie că este vorba de o plantă sau de un om), dar și materia, la rândul său, se reconvertește în energie. Caracteristica primară a câmpului energetic uman este, așadar, aceea de a absorbi și metaboliza energia prin apropierea și atingerea de câmpul energetic universal. Câmpul energetic al omului se indică cu termenul aură, precum și cel al plantelor, animalelor și obiectelor neînsuflețite.

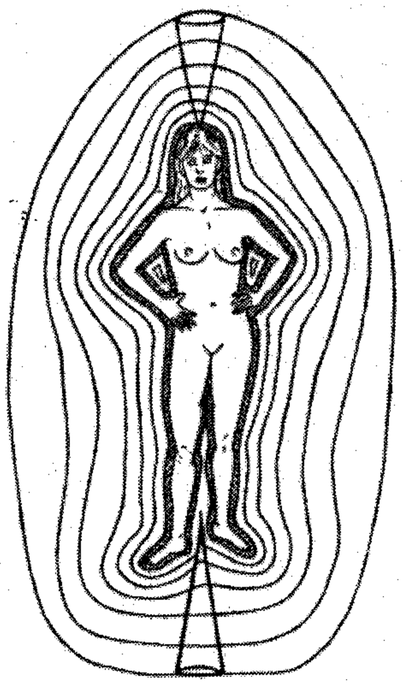


Fig. 12. Cele șapte corpuri subtile ale câmpului aural

După cum ne arată tradiția exoterică și ținând cont de confirmările date de clarvăzători în epoca modernă, aura umană este compusă din șapte straturi (fig. 12), care sunt chiar numite **corpuri subtile**.

Aceste straturi se întrepătrund unele cu altele și se extind dincolo

16. Barbara Ann Brennan, *Mani di luce. Come curarsi e curare tramite il corpo energetico umano*, Milano, Longanesi and C, 1989, pag. 48.

de corpul fizic; substanța ce le compune devine tot mai subtilă cu începere de la primul strat până la al șaptelea, cel care indică prezența unor vibrații pe frecvențe tot mai înalte. Corpurile subtile, în afară de frecvența de vibrare, se diferențiază prin funcții, caracteristici, formă, culori: structura lor pune în evidență un dualism ce se exprimă în legătură cu fluiditatea mai mare sau mai mică a vibrațiilor energetice. Corpurile subtile cu numere impare, 1°, 3°, 5°, 7° par mai stabile și mai bine definite în contururile lor, iar cele cu numere cu soț (2°, 4°, 6 °) apar ca fluide în mișcare, ce nu au o formă definită, fiind condiționate, sub raportul formei, de corpurile impare. Corespunzător fiecărui strat al aurei se află un centru energetic asemănător unui con ce se rotește, al cărui vârf este îndreptat spre canalul energetic vertical situat de-a lungul liniei mediane a corpului fizic: acești centri asemănători unor moriște sunt numiți **chakra** și vor fi pe larg studiați în continuare, deoarece constituie punctele focale pentru tratamentul cu cristaloterapie.

Să descriem acum în mod sintetic cele șapte nivele ale câmpului aural, având în vedere că funcțiile fiecăruia sunt analoge cu cele ale chakrei corespunzătoare.

1. **Corpul eteric**: corespunde primei chakra. Eterul este starea intermediară între materie și energie, iar acest prim strat iese în afara corpului fizic cu puțini centimetri (până la maxim cinci centimetri). Este o dublură a corpului fizic și îl reproduce cu fidelitate, chiar și în legătură cu organele interne și cu toate părțile anatomice. Apare ca un ansamblu de linii cu o lumină scânteietoare, a căror culoare poate varia de la albastru palid la gri: la persoanele delicate și sensibile, corpul eteric reflectă mai bine tonurile de albastru, iar la indivizii robuști și atleți pune în evidență culoarea gri. Corpul eteric dă structura corpului fizic și reflectă toate procesele fiziologice care au loc în acesta din urmă; dat fiind că se constituie în suport al conformației fizice a individului, primul strat al aurei conține toate informațiile despre realitatea materială proprie a acelui individ.

2. **Corpul emotiv**: corespunde celei de-a doua chakra. Este conectat la emoții și sentimente; iese în afara corpului fizic de la 2,5 la 7,5 centimetri. Contrar corpului eteric, corpul emotiv nu reproduce cu fidelitate corpul fizic, el este constituit din îngroșări fluide de culori în mișcare. Nuanțele ce se observă

cuprind toate cele șapte culori ale curcubeului și variază de la întunecoase la strălucitoare în funcție de emoțiile subiectului, de limpezimea sentimentelor sale sau de gradul de confuzie ce-l caracterizează. Cele șapte chakre ale acestui strat al aurei umane au, în ordine, culorile proprii fiecărui vârtej. La fel cu a doua chakra, acest corp înregistrează informațiile laturii emotive a personalității.

3. **Corpul mental**: corespunde celei de-a treia chakra. Se distanțează de corpul fizic la 7,5-20 centimetri. Întrucât acest strat este în legătură cu activitatea intelectuală și cu funcțiile mentale, culoarea lui dominantă este galbenul cu diverse tonalități. În cazul unui subiect angajat în activități mentale, galbenul se accentuează la nivelul corespunzător capului și umerilor. Gândurile de orice fel și formele-gândire care condiționează individul sunt relevabile din analiza acestui corp în care se revarsă și alte îngroșări de culori provenite de la corpul emotiv: astfel de îngroșări reprezintă emoțiile conectate la idei și gânduri specifice. Dacă o idee este clară și bine subliniată, culorile emoțiilor ce-i sunt asociate vor fi vii și luminoase, altfel se vor înregistra nuanțe opace și întunecoase.

4. **Corpul astral**: corespunde celei de-a patra chakra. Și acest strat se distinge prin prezența unor culori, în general mai intense și mai strălucitoare decât cele ale corpului emotiv, adesea traversate de lumini orbitoare verzi și roșii. În corpul astral, care se extinde la 15-30 centimetri de la corpul fizic, se observă schimbul energetic între persoane: dacă doi subiecți sunt profund uniți printr-o relație de dragoste, corpurile lor astrale apar legate prin fluxuri energetice sub formă de cordoane de nuanță roșcată. În fapt, acest corp privește toate experiențele de tip afectiv care pot să-l traverseze pe individ: dacă inima este închisă în resentimente, în ură și în alte asemenea atitudini negative, culorile corpului astral vor fi închise, stinse, lipsite de iluminările verzi și roșii. Când o relație sentimentală sau o prietenie se destramă, fluxurile energetice care leagă aurele celor două persoane (ce pot fi observate și în celelalte corpuri subtile) se întrerup aproape simultan. Interacțiunea energetică bazată pe simpatie/antipatie și dragoste/ură apare la nivel astral și între doi subiecți oarecare, care, necunoscându-se personal, se cunosc în situații deosebite: ne gândim, spre exemplu, la prima impresie pe care ne-o face un necunoscut pe stradă.

5. **Corpul eteric matrice**: corespunde celei de-a cincea chakra. Este numit „matrice" deoarece „conține toate formele existente în plan fizic, ca și cum ar fi vorba de un negativ fotografic sau de un model"[17] Acesta se întinde la 45-60 centimetri de corpul fizic și conține configurația originară a corpului eteric: dacă acesta din urmă se alterează din cauza unei traume sau boli, este posibil să se acționeze asupra corpului eteric matrice pentru a susține procesul de regenerare. El reprezintă arhiva existenței noastre. Formele și structurile ce apar în cel de-al cincilea nivel al aurei sunt constituite de linii transparente pe un fond de culoare albastru-cobalt.

6. **Corpul ceresc (divin)**: corespunde celei de-a șasea chakra. Ne referim la acest corp ca la un corp emotiv transpus la nivel spiritual. Se situează într-un interval de 70-90 centimetri față de corpul fizic. Este perceptibil ca un ansamblu de nuanțe delicate, foarte luminoase, traversate de raze argintii, aurii și sidefii. Prin mijlocirea calităților acestui strat sunt posibile practici de meditație care conduc la înălțarea conștiinței individuale. Acest corp conține toate acele adevăruri pe care fiecare dintre noi le caută și, ca atare, el reprezintă dimensiunea prin care se obține creșterea nivelului de cunoaștere. De altfel, similar celei de-a șasea chakra, corpul ceresc poate interesa prin forme de intervenție ce nu necesită apropierea a doi sau mai mulți subiecți, cum sunt telepatia sau vindecarea la distanță. Printre experiențele ce sunt reflectate de acest corp, găsim toate formele de misticism menite să conducă pe om la extaz spiritual.

7. **Corpul Keteric sau cauzal**: corespunde celei de-a șaptea chakra. Cu termenul Keteric ce derivă din ebraicul „Kether" („coroană") se indică nivelul mental al planului spiritual. Acesta se depărtează de corpul fizic la 75-100 centimetri. Prin acest corp experimentăm transcedența și unirea cu divinitatea. Este un corp de energie cu vibrații extrem de înalte: fasciculul extern, de forma unei găoace de ou conține informații despre viețile trecute, iar zona de dedesubt, ce înglobează straturile aurei de la 1 la 6 se referă la încarnarea actuală. Culoarea dominantă a corpului cauzal este auriul: aceasta apare fie în formă de filamente minuscule care închid nivelele precedente ale

17. *ibidem*, pag. 59.

aurei ca o rețea, fie ca tonalități de lumină aurie legate de chakre și de conformațiile corpului fizic. Cel de al șaptelea strat pare prevăzut cu cea mai mare rezistență; în el este înscris proiectul de viață al persoanei și deschiderile spirituale ce îl leagă de planul cosmic.

Primele trei corpuri fac parte din planul fizic: ele metabolizează energiile aflate în legătură cu materia, cu fizicitatea; corpul astral, în schimb, îndeplinind funcția de balama de trecere între planul fizic și planul spiritual, reprezintă acea zonă a aurei în care energiile de tip material sunt transformate în energii de tip spiritual; în sfârșit, sarcina corpurilor 5, 6, 7 este de a gestiona viața spirituală a individului. Nivelurile aurale de la al patrulea la al șaptelea strat sunt așezate dincolo de lumea fizică și, ca atare, privesc alte straturi ale realității: sintonizându-ne pe aceste nivele, pot fi percepute diverse entități goale ale corpului fizic, ca de exemplu spiritele ghid. Repartiția aurei în șapte straturi, tipică cunoașterii ezoterice nu exclude faptul, redat, de altfel, de numeroși autori, ca dincolo de aceste șapte straturi să se extindă alte dimensiuni energetice, ce pot fi percepute datorită dotărilor senzitive, încât aceasta ne face să credem că fiecare aură este legată de toate celelalte și, deci, la univers: „Chiar dacă se reține că aura umană se caracterizează prin șapte zone externe de energie, difuzarea acesteia este însă fără limite. Strategiile studiate pentru explorarea diverselor zone și a limitelor lor ne arată că regiunea cea mai din exterior, spre deosebire de cele din interior, nu are o limită; de aceea, este posibil să se extindă la infinit."[18]

Dar, în afară de ființa umană, și pietrele posedă „aure interesante, de la complicata structură în multe straturi ce pot fi utilizate în terapie."[19] Datorită interacțiunii dintre aura pietrelor și aura umană, este posibil să se acționeze asupra dizarmoniilor de natură diferită, asupra tulburărilor fizice, emoționale, mentale și spirituale operând la nivel exclusiv energetic. În acest fel se pune în mișcare echilibrul corpurilor subtile care vor reflecta direct pe corpul fizic acțiunile care vor reflecta direct pe corpul fizic acțiunile terapeutice întreprinse.

18. Joe H. Slate, *Manuale pratico dell'aura, L'uso delle energie per la salute, la guarigione, l'equilibrio*, Roma, Hermes Edizioni, 2000, pag. 35.

19. Brennan, *Mani di luce*, op. Cit., pag. 46.

Dacă vom considera cristaloterapia o terapie preventivă, în măsură să aducă informații vibraționale, vom constata că aceasta va acționa în primul rând atunci când componentele subtile (mentale și spirituale) ale tulburărilor fizice și ale bolilor se generează în aură; în al doilea rând, chiar și pentru perioade lungi de timp, această disciplină va fi de ajutor și atunci când conflictul psihic ce stă la baza unei boli, nerezolvat la nivel energetic pe diversele planuri ale aurei, deja este pătruns în materie și se manifestă în corpul fizic cu simptome specifice.[20]

Din moment ce câmpul energetic uman este constituit din vibrații de cea mai înaltă frecvență raportat la frecvențele câmpurilor magnetice ale pietrelor, pentru a beneficia din plin de o ședință de cristaloterapie, practicii relaxării îi revine importanța centrală. Spre deosebire de minerale, omul se mișcă, gândește, vorbește, se alimentează și întreține relații sociale; totuși, frecvențele ce califică straturile aurei umane sunt mai ridicate, față de frecvențele câmpurilor energetice ale pietrelor și cristalelor: este nevoie, deci, să aliniem câmpul nostru energetic la vibrațiile de cea mai joasă frecvență ce disting pietrele, iar o astfel de aliniere se atinge prin relaxare și meditație. Studiile efectuate asupra creierului prin intermediul aparatelor și al electroencefalografiei au pus în evidență emisiuni de unde cerebrale diferite în relație cu cele patru stări ale conștiinței, ce-l interesează pe om; fiecare din aceste patru stări este indicată cu o literă din alfabetul grec (beta, alfa, theta, delta) fiind contorizată de o anume bandă de emisie. Starea beta (14-35 Hz) este tipică pentru condiția de veghe și de activitate a gândirii corticale, iar starea alfa (8-13 hertz) „care caracterizează unele stări alterate de conștiință" și este de un interes particular pentru noi, în legătură cu cristaloterapia, „apare când se închid ochii înainte de a adormi, dar și în starea de meditație, de relaxare și bunăstare psihofizică."[21] Celelalte două stări, theta

20. Pentru relația dintre conflicte psihice și boli, a se vedea: Thorwald Dethlefsen – Rüdiger Dahlke, *Malattia e destino. Il valore e il messaggio della malattia*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1986; Rüdiger Dahlke, *Malattia, linguaggio dell'anima. Significato, interpretazione e possibilita delle malattie*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1996.

21. Carla Biagi-Manuela Pompas, *Diventare sensitivi. Le tecniche per sviluppare il potenziale psichico: telepatia, chiaroveggenza, medianita, autoguarigione*, Milano, Sonzogno, 1994, pag. 25.

(4-7Hz) și delta (0,5-4Hz) corespund fiecare, respectiv: hipnozei și fazei REM a somnului (somn cu vise) și somnului profund non-REM (absența viselor). Acestea nu intră în câmpul operativ al cristaloterapiei, în sensul său obișnuit, deoarece tipul de relaxare la care se ajunge prin uzul cristalelor este de obicei reconductibil la starea alfa; în orice caz, atingerea uneia din aceste două stări ale activității cerebrale, pe parcursul ședinței terapeutice, ar putea favoriza o aliniere și mai mare cu vibrațiile pietrelor și, deci, produce rezultate neașteptate.

Când, prin folosirea unor tehnici ca trainingul autogen și respirația controlată, dar și într-o ședință de cristaloterapie datorită acțiunii pietrelor și terapeutului alunecăm în starea alfa, vibrațiile corpului nostru energetic încetinesc și devin astfel mai receptive la vibrațiile regnului mineral. Din acest motiv, o ședință cu prezența unui operator calificat produce întotdeauna efecte mai avantajoase față de simplul fapt de a purta o piatră cu sine sau de a o aplica pe corp continuând să desfășori obișnuitele activități cotidiene: dacă vibrațiile noastre nu sunt aliniate la cele ale pietrei întrucât nu ne găsim în stare de relaxare, pietrei îi vor trebui timpi mult mai îndelungați pentru a interacționa cu câmpul nostru energetic și a-și exprima, astfel, eficacitatea.

Importanța faptului de a opera asupra unei persoane în stare de relaxare, care se lasă abandonată și nu creează bariere mentale terapiei energetice este confirmată și de Brennan, care se exprimă în acești termeni: „Mulți pacienți opun rezistență la terapie străduindu-se să mențină controlul situației cu o minte hiperactivă. Nu este dificil: este suficient să-ți impui agitația propriei minți și să refuzi starea de relaxare. Dacă creierul este constrâns să rămână rațional, mai exact, în starea normală de veghe corespunzătoare rapidei frecvențe beta, nu se poate intra pe frecvența alfa (8Hz), care este starea terapeutică de însănătoșire. Continuând, acea stare se interferează cu procesele normale de vindecare ale sistemului energetic și ale corpului. Numai când se eliberează de mintea sa rațională și permite creierului să intre pe frecvența alfa, pacientul se abandonează în dinamicile sale terapeutice naturale, întărite de intervenția terapeutului."[22]

22. Barbara Ann Brennan, *Luce emergente. Una nuova esplorazione del campo energetico umano.* Milano, Longanesi & C, 1994, pag. 77.

Revenind la discursul nostru asupra câmpului energetic uman, în cristaloterapie se acționează asupra corpurilor subtile prin intrările lor, **chakra** (din sanscrită „roată" fig. 13-14); acestea sunt **centri în formă de vârtej** (lat. **vortex**) însărcinați să gestioneze energia vitală ce provine de la câmpul energetic universal.

Energia vitală, care în diferitele culturi este numită cu termeni diferiți (**prana** în arealul indian, **chi** în China, sau cu alte cuvinte în altă parte), este îndrumată în corpul fizic și în corpurile subtile ale omului datorită chakrelor: acești centri energetici își asumă, deci, în primul rând, funcția de a aproviziona cu energie cele șapte nivele ale aurei și, în consecință, corpului fizic. Aceștia permit, în plus, să se dezvolte diversele aspecte ale conștiinței de care sunt legați și acționează, în fine, prin facilitarea transmiterii energiei între diferitele straturi din care se compune câmpul energetic. Chakrele principale sau majore sunt în număr de șapte: acestea se formează în punctele aurei unde liniile energiei se intersectează de douăzeci și una de ori; în afara celor șapte chakre majore, mai sunt 21 de chakre minore, ce se formează în punctele aurei unde fluxurile de energie se încrucișează de paisprezece ori. Alte chakre, de dimensiuni și mai mici, sunt așezate în punctele în care fluxurile se intersectează de șapte ori și așa mai departe pe o scală descrescătoare, fenomen ce ne determină să considerăm punctele acupuncturii ca chakre de dimensiuni minuscule.

Celor șapte chakre principale li se recunoaște o mare valoare în toate terapiile energetice, în cristaloterapie ele reprezintă zonele de importanță majoră asupra cărora se operează. Totuși, și cele 21 de chakre minore permit dirijarea convenabilă a fluxurilor terapeutice, încât unele dintre ele pot constitui obiect de tratament cu pietre și cristale: de exemplu, chakrele care se găsesc pe tălpile picioarelor și pe palmele mâinilor, chakrele ce se găsesc în spatele fiecărui genunchi, cele aflate în corespondență cu fiecare gonadă, chakra ombilicului, cea a ficatului, cea a stomacului și dubla chakra a splinei.

Fiecare din cele șapte chakre majore este conectată la stratul corespunzător al aurei, deci al corpului subtil care vibrează cu ea: prima chakra lucrează în sintonie cu corpul eteric, a doua cu corpul emotiv, a treia cu corpul mental și așa mai departe. Pentru fiecare strat al aurei simțurile relevă prezența

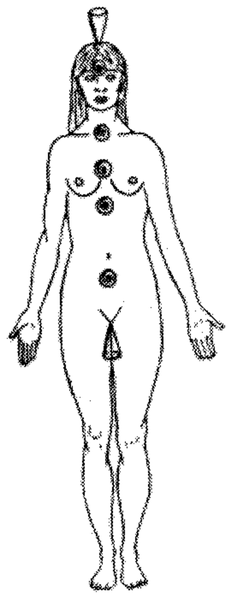


Fig. 13. Cele șapte chakre majore: vedere anterioară

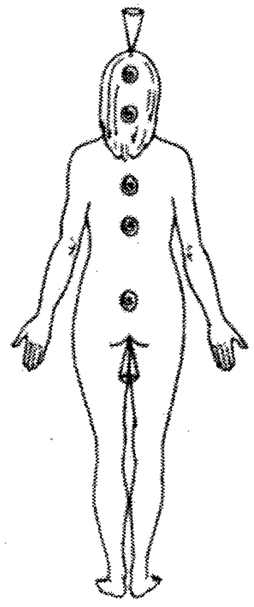


Fig. 14. Cele șapte chakre majore: vedere posterioară

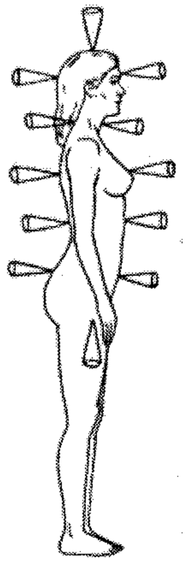


Fig. 15. Aspectul anterior și posterior al chakrelor

a șapte chakre: fiecare din aceste vârtejuri apare inserat în spatele celui precedent și este caracterizat printr-o frecvență vibrațională tot mai înaltă. Vârtejurile, de la al doilea la al șaselea, inclusiv, sunt duble, prin aceasta înțelegând că ele sunt prezente fie pe partea anterioară a corpului, fie pe cea posterioară (fig. 15): în legătură cu această trăsătură caracteristică, este surprinzător faptul că nici unul dintre numeroasele teste asupra chakrelor, disponibile astăzi, nu analizează aspectul posterior al vârtejurilor, de la al doilea la al șaselea, făcându-l astfel pe cititor să creadă că există numai chakre anterioare. Cyndi Dale observă pe bună dreptate: „În general, toate referirile la sistemul energetic uman se limitează să ia în considerare fațeta frontală a chakrelor, ceea ce ar fi suficient dacă omul ar fi o ființă bidimensională. Ca și corpul uman, care are o latură anterioară și una posterioară, la fel și sistemul chakrelor este structurat în același mod. [...] Activitatea cu sistemul chakric posterior se poate considera importantă prin faptul că puțini se ocupă de ea. În ansamblu, ignorând jumătate din sistemul energetic uman (mai exact, fațeta posterioară, sinele ascuns,

ocult, aflat în umbră), cea mai mare parte a comunităților terapeutice metafizice trece peste un aspect semnificativ al naturii umane."[23]

Chakrele anterioare sunt în legătură cu comportamentele, situațiile și formele de cunoaștere specifice emisferei stângi a creierului: în complexitatea lor, acestea au o valență activă, masculină, Yang (chiar dacă chakrele anterioare cu numere impare se caracterizează prin prezența unor nuanțări feminine Yin)[24] și, ca atare, se referă la SINELE conștient. Terapia chakrelor anterioare este, deci, în principal îndreptată spre problematicile conștiente, de tip rațional, ce se pot experimenta direct: realitățile cotidiene, viața actuală și deciziile ce trebuie luate, trebuințele și experiențele pe care le cunoaștem, necesitatea de a se relaționa cu lumea, acționând în maniere diverse pentru a rezolva problemele concrete. Gândirea lineară și tot ce are un influx imediat asupra subiectului, fie că este vorba de amintiri, senzații, exigențe emotive sau de situații de care persoana este conștientă și care sunt trăite cu probleme, trebuie să fie înfruntată prin tratarea chakrelor anterioare.

Chakrele posterioare, care în complexitatea lor arată că posedă o valență pozitivă, feminină, Yin (chiar dacă chakrele posterioare cu numere impare se caracterizează prin prezența unor nuanțe masculine, Yang), sunt în schimb în relație cu **SINELE inconștient**: așadar, ele sunt în legătură cu experiența

23. Cyndi Dale, *Guarire con i chakras*, Milano, Armenia, 1997, pag. 139-141.

24. Se consideră în legătură cu acest fapt anticul simbol chinezesc al roții lui Tao, acel Tai Ji, care în taoism reprezintă cele două forțe opuse și complementare Yin și Yang: Yin conține și o parte de Yang și invers. Deci, chakrele anterioare, cu numere pare (2, 4, 6) sunt Yang-Yin – adică având un oarecare echilibru între Yang și Yin – iar chakrele anterioare cu numere impare (3, 5) sunt Yang-Yang – adică mult Yang, Yang în Yang; chakrele posterioare cu numere pare (2, 4, 6) sunt Yin-Yin – adică mult Yin, Yin în Yin, iar chakrele posterioare cu numere impare (3, 5) sunt Yin-Yang – adică existând un oarecare echilibru între Yin și Yang. Este de reținut că folosirea expresiilor **valență Yang** pentru chakrele anterioare și **valență Yin** pentru cele posterioare se referă la o încadrare energetică a vârtejurilor ce nu urmează în mod obligatoriu prevederile convențiilor medicinei tradiționale chineze. Într-adevăr, potrivit medicinei tradiționale chineze, latura anterioară a corpului și meridianele ce se află aici sunt Yin, iar latura posterioară a corpului și meridianele sale sunt Yang: termenii Yang și Yin i-am împrumutat numai ca sinonime, respectiv: activ, pozitiv, masculin și pasiv, negativ, feminin, deoarece chakrele anterioare și posterioare arată că posedă respectivele caracteristici energetice.

indirectă și irațională, punând în acest mod în evidență analogiile cu emisfera dreaptă a creierului. Aceste vârtejuri controlează lumea intuiției, a inspirației, a dilatării conștiinței; ele rezonează cu realitățile extinse, cu dificultățile de tip inconștient, cu gândirea analogică, cu tot ceea ce nu este tangibil și experimentabil nemijlocit în termeni raționali. Ele reprezintă legătura cu partea ocultă și îndepărtată a personalității, cu „zona de umbră", cu viețile anterioare, cu spiritele ghid, cu entitățile supranaturale. Chakrele posterioare trebuie să fie tratate când vrem să lucrăm cu „puterile, visele, premonițiile și opiniile negate ale individului", deoarece latura posterioară „ascunde amintirile reprimate, cunoașterea neluată în seamă, secretele de dată veche, dorințele nerezolvate."[25]

Chakrele 1 și 7, ca vârtejuri ale coloanei centrale care îndreaptă fluxul energetic spre partea de sus, sunt unice.

Fluxurile de energie elaborate de chakre sunt îndreptate spre diferite sectoare ale aurei și ale corpului fizic prin mijlocirea **nadi** (din rădăcina sanscrită nad, care înseamnă „a se scurge", „a aflui"), niște canale energetice care prezintă anumite analogii cu meridianele medicinei tradiționale chineze, chiar dacă acești nadi sunt mult mai numeroși și formează un soi de „aparat circulator subtil"[26]

Chakrele, „îndeplinind funcția de transmițătoare de energie între diferitele nivele, distribuie energia pranică în corpul fizic, folosindu-se și de sistemul endocrin"[27] și de aceea sunt asociate cu glandele endocrine, cum se va vedea mai departe. Fiecare vârtej se distinge, de altfel, printr-o bandă cromatică precisă: începând cu primul și până la al șaptelea, cele șapte culori de descompunere a luminii sunt prezente de-a lungul axei cen-

25. Dale, op. cit., pag. 141)

26. Potrivit tantrismului care cuprinde diferite tipuri de Yoga, între care **hatha Yoga** și **Kundalini Yoga**, sistemul energetic uman este constituit de mai mult de 72.000 nadi: cei mai importanți sunt trei: **ida, pingala** și **sushumna**. Aceste trei canale verticale își au originea în **muladhara chakra** (primul din vârtejurile majore): ida și pingala urmează o mișcare sinusoidală pe părțile canalului sushumna – care, în schimb are o mișcare rectilinie – împletindu-se în corespondență cu fiecare din chakrele majore. Ida este de valență feminină, Yin și controlează toate procesele mentale, iar pingala este de valență masculină, Yang și, ca atare, se referă la procesele vitale, dinamice și fiziologice.

27. Naomi Ozanier, *I Chakra. I Centri di energia del corpo*, Milano, Mondadon, 1999, pag. 28.

trale în punctele în care se formează vârtejurile energetice. Dat fiind că cele trei chakre inferioare sunt unite cu cele trei chakre superioare, pentru a obține rezultate mai bune în terapie se va îndrepta atenția asupra corespondențelor și se va opera nu numai asupra chakrelor care manifestă fățiș dezechilibrul, dar și asupra celei cu care este unită. Corespondențele sunt următoarele:

1° CHAKRA ↔ 5° CHAKRA
2° CHAKRA ↔ 6° CHAKRA
3° CHAKRA ↔ 7° CHAKRA

Chakra a patra, ca vârtej care gestionează energia de-a lungul întregii axe este unită cu fiecare din celelalte, atât superioare cât și inferioare; de altfel, fiind a patra chakra, a inimii, va fi considerată centrul vital de maximă importanță.

Fiecare chakra are funcții bine definite și posedă calități ce îi sunt proprii: deci, prin analiza fiecărui vârtej se obțin informații asupra ariilor psihologice, caracteriale, comportamentale ale subiectului de tratat. Aceste informații, integrate printr-o discuție aprofundată asupra tulburărilor fizice și emoționale, asupra istoriei personale a subiectului și asupra problemelor pe care le acuză, vor permite terapeutului să programeze ședința de cristaloterapie alegând pietrele cele mai specifice și tipurile de tratament cele mai potrivite.

Pentru a controla funcționarea chakrelor, metoda cea mai simplă constă în **folosirea pendulului**. Cui îi este familiară perceperea energiilor subtile va putea folosi mâinile, trecându-le pe aură și pe fiecare vârtej în scopul de a releva blocările, congestiile și alterările; sau va putea recurge la viziunea psihică, numai să aibă dezvoltată zestrea (darul) de clarviziune necesară pentru a vedea corpurile subtile, culorile lor, dizarmoniile pe care acestea le prezintă: însă pentru cine nu a atins astfel de stadii de sensibilitate, pendulul va reprezenta un mijloc tot atât de valabil. Pendulul trebuie să fie din material natural, cu vârf și simetric față de axa centrală. Cât despre lungimea firului sau a lănțișorului de care este legat, Brennan recomandă 15 centimetri, cu toate că o astfel de măsură poate fi mărită sau diminuată cu câțiva centimetri după preferințele celui ce-l folosește, având în vedere că este vorba totuși de un instrument personal ce se calibrează cu propria sensibilitate.

Înainte de a folosi pendulul, este important să se creeze golul mental, eliberând mintea de orice expectativă cu privire la reușita testului și sustrăgându-ne de influența pe care latura rațională a conștiinței ar putea-o exercita împingându-ne să dorim obținerea unui tip de rotație, în locul altuia: trebuie să ne menținem neutri din punct de vedere mental față de starea chakrei pe care o testăm. Pendulul trebuie să fie ținut foarte aproape de chakra, fără, însă, a atinge corpul persoanei: din tabelul ce se găsește în Apendicele cărții se vor scoate interpretările mișcărilor, reușind astfel să înțelegem care chakre sunt dezechilibrate și prin ce se caracterizează aceste dezechilibre.

Dacă terapeutul, datorită unui har senzitiv este în măsură să se sintonizeze cu un nivel determinat al aurei, citirea chakrelor efectuată prin intermediul pendulului se va referi la nivelul respectiv (cum am spus, chakrele sunt prezente în toate cele șapte corpuri subtile). În lipsa unei sintonizări specifice, pendulul citește în general condiția chakrelor ce aparțin corpului emotiv, deoarece astfel de vârtejuri sunt caracterizate de culori specifice, care, în mod tradițional, sunt atribuite fiecăruia din ele: schema mentală a culorii fiecărei chakra condiționează, de fapt, nivelul pe care în mod obișnuit ne sintonizăm. Menținând schema mentală a culorii fiecărui vârtej în alegerea pietrelor, dăm preponderență terapiei asupra corpului emotiv: din acest motiv efectele cele mai frecvent întâlnite într-o ședință de cristaloterapie au caracter emotiv. Cristaloterapia desfășurată în mod obișnuit acționează cu deosebire asupra celor trei nivele inferioare ale corpului aural (corpul eteric, corpul emotiv și corpul mental), uneori asupra celui de al patrulea (corpul astral); pentru a influența nivelele 5-7 este necesar a avea foarte dezvoltată zestrea de sensibilitate, aptă să transfere energiile pietrelor pe plan spiritual. Acțiunea terapeutică asupra straturilor inferioare ale aurei nu trebuie, însă, să fie subevaluată: cunoaștem că toate corpurile subtile sunt interconectate între ele, încât iradierea energetică localizată asupra unora se transmite și celorlalți, deși cu intensitate descrescătoare.

O chakra deschisă și armonios activă corespunde rotației circulare a pendulului în sensul orar; rotații circulare în sensul invers acelor de ceasornic, rotații eliptice sau oscilații de alt tip se referă la o chakra dizarmonizată, care indică prezența unei

„arii problematice în aspectul său psihologic corespunzător"[28]) Dacă vârtejul arată că nu se metabolizează bine energia din câmpul universal, putem deduce că „sentimentele și experiențele psihologice pertinente acelei chakra, nu sunt echilibrate", că, în ultimă analiză, „persoana va avea în acea arie experiențe negative."[29] În mod deosebit, o chakra care se învârte în sens antiorar semnalează că aceasta nu absoarbe energie din câmpul universal, dimpotrivă, o emite spre exterior, astfel că ariile psihologice și comportamentele ce se pot referi la chakre sunt atribuite lumii înconjurătoare, altor persoane și ambiente pe care le frecventăm, lăsând loc fenomenului pe care psihologii îl numesc **proiectare**. Spre a da un exemplu, dacă un subiect este înclinat spre victimizare și se așteaptă să primească de la lume numai experiențe negative, mișcarea antiorară a celei de a cincea chakre posterioare (care, printre altele, este conectată cu capacitatea de a primi) va semnala că acest subiect primește diferitele experiențe care îl năpădesc, atribuindu-le conotații ostile, în timp ce rotația antiorară a celei de a cincea chakre anterioare va indica faptul că el **proiectează** la exterior acele experiențe negative, care sunt implicite în interiorul său. Continuând prin a atribui altora, societății, familiei și așa mai departe cauzele propriei insatisfacții, o astfel de persoană va sfârși prin a-și atrage cu adevărat spre sine, potrivit legii rezonanței, situațiile negative la care se așteaptă.[30]

Referitor la rotația unei chakra, mai importantă este amplitudinea întâlnită în testul cu pendulul, precum și cantitatea de energie ce trece chiar prin vârtej; chiar dacă amplitudinea circumferinței descrise nu corespunde cu exactitate cu diametrul efectiv al chakrei, aceasta constituie totuși un indiciu. De altfel, condiția chakrelor analizabilă prin unduirea pendulului nu trebuie luată ca absolută față de caracteristicile constituționale ale persoanei: un subiect poate avea pe cea de a patra chakra

28. Brennan, *Mani di luce*, op.cit., pag. 85.

29. *ibidem.*

30. Legea rezonanței face parte din conceptul mai amplu de **Karma** și stabilește că fiecare dintre noi, prin rețeaua complexă de legături, inclusiv subtile, care ne unește cu lumea și cu semenii noștri, poate intra în relație numai cu acele experiențe, pozitive sau negative, ce rezonează cu el, cu personalitatea sa, cu părțile luminoase și întunecoase ale conștiinței.

anterioară (corelată cu capacitatea de a iubi) care, de obicei, funcționează bine, dar care, în acel moment exact al efectuării testului, indică prin mișcarea sa neregulată, prezența unui dezechilibru trecător ce poate fi imputat, spre exemplu, unei certi întâmplate ceva mai înainte, ce a lăsat urme de furie la nivelul inimii. Numai prin controale repetate în zile succesive se va putea, așadar, avea certitudinea asupra chakrei care, prin mișcarea sa dizarmonică constantă, ilustrează o serie de probleme înrădăcinate în adâncime și, pe de altă parte, care au fost produse de dezechilibre datorate unor circumstanțe tranzitorii. Încă o dată este util să amintim că este absolut indispensabil să nu ne limităm la o diagnoză energetică liniștitoare, bazată exclusiv pe folosirea pendulului, deoarece culegerea datelor trebuie să fie întotdeauna integrată în dialogul cu persoana.

În analiza celor șapte chakre principale se vor da informațiile esențiale pentru a le înțelege natura și pentru a realiza terapia cu cristalele; în ceea ce privește vârtejurile de la al doilea la al șaselea inclusiv, care prezintă un aspect anterior și unul posterior, vor fi făcute distincții între funcțiile atribuite fiecărui aspect. În legătură cu acest fapt este nevoie să fie cunoscut că, dacă cea mai mare parte a cristaloterapeuților tinde să trateze exclusiv chakrele anterioare, în multe cazuri, rămâne, totuși, indispensabil să se acționeze și asupra chakrelor posterioare pentru a demara o reechilibrare energetică completă și pentru a înfrunta problematicile pertinente ale vârtejurilor poziționate pe spatele corpului. Ca o justificare a practicii de a acționa asupra chakrelor anterioare, unii ar putea afirma că poziția culcată permite să se ajungă mai repede și mai ușor la starea de relaxare necesară; aceasta este în mod cert adevărat, dar, recurgând la niște „șmecherii", printre care un pătuț pentru terapie adaptat scopului respectiv, se reușește să se inducă o stare de relaxare suficientă chiar și pentru o persoană întinsă, într-o poziție aplecată. Cele cinci chakre posterioare sunt tratate cu aceleași pietre indicate pentru chakrele anterioare: dat fiind, însă, faptul că subiectul trebuie să stea întins pe burtă, pentru a permite poziționarea pietrelor pe ceafă și pe partea posterioară a capului (chakrele posterioare 5-6), precum și pentru a evita ca poziția îndoită a corpului într-o parte să nu creeze un obstacol pentru relaxare, se va recurge la un pătuț de terapie

prevăzut cu o deschizătură potrivită în care se va așeza obrazul, încât persoana să nu simtă presiuni la gât și să poată respira fără efort.

Pentru fiecare chakra se propune un remediu floral al lui Bach adaptat pentru reechilibrarea ei, atât sub aspectul anterior cât și posterior. Se mai recomandă și unele remedii florale californiene **FES Quintessentials**, produse de Flower Essence Society din Nevada City[31], și acestea utile pentru tratamentul direct al chakrelor anterioare și posterioare. Chakrele interesate de acțiunea esențelor florale sunt, în principiu, cele situate în corpul emotiv: beneficiile se extind uneori și la celelalte două nivele inferioare ale aurei, adică la corpul eteric și la corpul mental. Florile lui Bach și cele californiene care rezonează cu chakrele sunt individualizate datorită experimentării directe pe corpul fizic, în corespondență cu centrii energetici individuali, recurgând la pendul și la testul kineziologic pentru a verifica viitoarea restabilire a rotației orare a fiecărui vârtej sub influența remediului. Între cele 38 de flori ce constituie gama lui Bach, îndeosebi șapte par a avea un efect de reechilibrare clară a respectivelor chakre, în cazul în care chakrele sunt defazate din lipsă de energie: deci, atunci când într-un vârtej sunt goluri, lipsuri. Dimpotrivă, cele șapte flori nu se dovedesc eficace când chakrele prezintă congestionări, excese de energie: pentru astfel de cazuri poate fi utilă tratarea chakrelor, independent de culoare, cu un elixir de onix alb. Excesul de energie într-o chakra se resimte și din vibrația calmantă a unor remedii florale, îndeosebi: Impatiens, Vervain și californienele Calendula, Snapdragon (a cincea chakra), Chamomile, Dandelion, Dill, Lavender. Onixul alb dezvoltă o acțiune generică asupra congestionărilor de energie și deci, el se folosește într-o manieră specifică; pentru a controla care floare este mai potrivită pentru chakra pe care vrem să o balansăm se recurge la testul kineziologic sau, mai simplu, la pendul: flaconul ce conține remediul se așază pe corpul fizic corespunzător

31. Pentru studiul florilor Californiene, a se vedea: Fabio Nocentini, *Iniziazione ai rimedi floreali californiani: I 103 fiori FES Quintessentials per un dialogo d'amore con la natura*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1998. Pentru aprofundarea cunoașterii florilor lui Bach, între multele texte disponibile astăzi, se recomandă: Mechthild Scheffer, *Terapia con i fiori di Bach*, Milano, TEA, 1995.

vârtejului energetic; așadar, suspendând deasupra lui pendulul, se poate verifica dacă oscilația instrumentului este influențată pozitiv.

Fiecare din cele șapte remedii florale are un efect imediat de reechilibrare a vârtejului energetic la care se referă dacă se aplică pe piele (cam 4-5 picături) exact în punctul de legătură între corpul fizic și chakra (a se vedea descrierea fiecărei chakra). În acest sens, folosim o pipetă sau un bastonaș de sticlă (spre exemplu, pipeta care însoțește flaconașele de sticlă de 30ml, goale, ce se pot găsi în farmacii), mai ales pentru a vărsa picăturile, evitându-se folosirea degetelor și atingerea pielii cu sticla cu dop-pipetă ce conține remediul. Reechilibrarea este imediată, dar durata unui astfel de reechilibru este tranzitorie: pentru a asigura un efect mai stabil, remediul floral trebuie să fie aplicat pe punct de două ori pe zi, o dată dimineața și o dată seara, zilnic, cel puțin o lună. O astfel de practică se va adapta când un subiect prezintă defazări și goluri energetice constituționale la chacre precise.

În tabelul din Apendice sunt prezentate corespondențele dintre florile lui Bach și cristale: cei care se ocupă de floriterapie se vor putea folosi de acest instrument pentru a alinia remediului floral ales, pietrele cele mai potrivite, care vor fi folosite pentru prepararea remediilor lichide (ape energizate și elixire) sau pentru meditație. Folosirea acestor pietre este un ajutor în plus față de implicarea doar a remediilor florale: atât piatra cea mai corespunzătoare fiecărei flori (numită **„piatra principe"**), cât și pietrele ce prezintă analogii cu floarea respectivă (numite **„pietre complementare"**) sunt în măsură să potențeze și să integreze acțiunea remediului floral, aducând nuanțe diverse și deosebite în domeniul reechilibrării energetice la care vrem să ajungem.

PRIMA CHAKRA
Plex radical (al rădăcinii)

Numele sanscrit: Muladhara (rădăcină, bază)
Tip de energie: energie fizică
Vârstă evolutivă: de la zero la șapte ani (perioada în care se formează corpul fizic)

Cuvinte și fraze-cheie: „Eu exist"; sursa energiei vitale, supraviețuire, înrădăcinare, autoafirmare, atașament la viață, voința de a trăi în realitatea fizică, simțul poziției și mișcării corpului propriu în spațiu. Domnia instinctelor primare. Potrivit gândirii orientale, în această chakra își are sediul energia **Kundalini**[32].

Culoare: roșu, roșu închis. Culori complementare: negru, gri, maro

Element: Pământ

Organe fizice unite cu ea: anus, rect, ultima parte a intestinului, membrele inferioare, rinichi, coloana vertebrală la nivelul osului sacru și coccisului. Corespondență cu sângele și aparatul circulator.

Glanda endocrină: glandele suprarenale (acestea produc adrenalină, care crește în situații de frică; frica este legată de instinctul de supraviețuire)

Corelări fizice: oboseală, astenie, lipsă de forță fizică, sindrom de oboseală cronică, slăbiciune a picioarelor, energie sexuală scăzută, constipație, probleme de tranzit intestinal, hemoroizi, senzație de gol la rinichi, probleme la suprarenale, anorexie.

Corelări psihice și emoționale: incapacitate de a se impune; voința scăzută de a trăi, curaj scăzut, capacitate redusă de a face pe alții să simtă că trăiește, dificultate de a lua hotărâri de teama de a nu face, vitalitate scăzută, probleme referitoare la bani (zgârcenie sau risipă excesivă), incapacitatea de a fi concreți, dificultatea de a sta cu picioarele pe pământ. Această chakra controlează o sexualitate de tip masculin, agresivă, pământească și materială, înțeleasă ca o satisfacere a unei dorințe intense.

32. În Yoga, **Kundalini** – din sanscritul Kundal, „spirală", este o energie adormită în formă de șarpe încolăcit în jurul său, aflată la baza coloanei vertebrale, pe care yoghinii o „trezesc" prin practici specifice, pentru a o face să urce de la prima chakra spre cele superioare. Ea reprezintă forța vitală, energia cosmică prezentă în toate ființele umane, fiind în măsură să traverseze toate chakrele, activându-le și stimulându-le funcțiile. Dacă este îndreptată în modul optim în chakra inimii, această energie permite transformarea componentelor instinctuale și sexuale ale persoanei în dragoste universală, iar dacă o facem să urce în chakra coronală, va activa latura spirituală a individului.

Floarea lui Bach: Centaury („Eu exist"): floarea are efect asupra slăbiciunii în a se autoafirma, iar fizic asupra vezicii biliare.

Flori californiene: California Pitcher Plant, Manzanita, Mountain Pride, Rosemary.

Poziția chakrei pe corpul fizic: zona perineului. Pentru aplicarea remediilor florale, chakra poate fi atinsă de la locul de lipire a pielii pubiene; pentru tratamentul de cristaloterapie, pietrele vor fi poziționate pe inghinali.

Aliment specific pentru a întări chakra: carne roșie

Pietre potrivite pentru prima chakra: agat roșu, jasp roșu, heliotrop, hematit, granat, lemn pietrificat de culoare maro sau brună, „ochiul boului" (ochi de fereastră), onix negru, obsidian „fulg de nea", obsidian negru, cuarț fumé (fumuriu), realgar, rubin, spinel roșu, topaz roșu, turmalină negară, turmalină roșie.

NOTA BENE: pentru tratarea primei chakra sunt necesare două pietre egale ce se pun pe inghinali (câte una pe fiecare); altfel, pietrele trebuie puse între picioare, în apropierea perineului, pe un suport de material natural.

Dacă chakra este armonizată, avem vitalitate.

A DOUA CHAKRA
Plexul sacral

Nume sanscrit: Svadhisthana („așezat la locul său")

Tip de energie: energie sexuală

Vârsta de evoluție: de la opt la paisprezece ani

Cuvinte și fraze-cheie: „Eu sunt"; emoții, senzații, emoții „lichide" (furie, lacrimi, bucurie, posesivitate), a da și a primi, încărcare și descărcare, capacitate de a absorbi, schimb cu celălalt sex, senzualitate și sexualitate, procreare.

Culoare: portocalie. Culoare complementară: alb-lapte

Element: apă

Aspectul anterior este în legătură cu sexualitatea mai mult sau mai puțin direct față de chakra posterioară; amorsează atracția fizică față de un alt individ, guvernează potența sexuală, intensitatea orgasmului și modalitățile de a-l atinge. Se referă la facultatea de a zămisli atât la bărbați, cât și la femei: dar această sferă implică și vârtejul posterior, pentru temerile

inconștiente ce pot influența asupra prestației sexuale și a fertilității. Cantitatea de energie sexuală este corelată și cu funcționarea primei chakra. Aspectul anterior al celei de a doua chakra metabolizează și energia emotivă astfel încât aceasta să se manifeste în mod evident, fără să fie reținută, doar dacă nu există blocări în aspectul posterior. Valențele ce privesc aspectul anterior sunt reconductibile la tonuri de tip yang, chiar dacă plexul sacral, ca toate chakrele pare, se află în rezonanță cu modelele arhetipale yin (maternitate, paternitate, emoții, senzații, sexualitatea cu nuanțe sentimentale). Dacă chakra anterioară este armonizată iar cea posterioară dizarmonizată, individul va reuși să-și manifeste dorința sexuală și modalitățile directe de a o satisface, dar probabil, nu va fi în măsură să obțină o satisfacție completă, dat fiind faptul că temerile inconștiente sau fanteziile excesive o vor îndepărta, limitând-o. Și invers, subiectul marcat de dizarmonia chakrei anterioare, dar care poate conta pe energiile armonioase ale chakrei posterioare, nu va fi influențat de pulsiuni refulate, ci va putea suferi de obstacole de alt tip, ca dificultatea de a atinge orgasmul sau redusa capacitate de a-și manifesta energia sexuală. La fel se poate spune și despre alte arii de pertinență ale plexului sacral, cum sunt emoțiile și temerile de diverse tipuri.

Aspectul posterior controlează temerile și fanteziile referitoare la sexualitate ce sunt dosite sau de care nu suntem conștienți; avem de a face cu emoții și senzații refulate; se referă la experiențele procreării, ale nașterii și renașterii asupra cărora avem dubii, neliniști, tensiuni de diverse tipuri. Se lucrează asupra acestei chakra și în cazul când un subiect suferă întrucât se simte sau s-a simțit refulat sexual, sau în cazul când este vorba de o negare a valorii maternității și paternității. Este o chakra ce dezvoltă funcții receptive în modul cel mai propriu. Dacă acest centru se rotește în sens antiorar, este probabil că persoana să aibă imagini negative despre sex, sau fantezii sexuale extrem de extravagante, sau chiar tendința spre promiscuitate și de schimbare continuă a partenerului: facilitatea de a pune în acțiune astfel de comportamente va fi accentuată dacă chakra anterioară se rotește în sens orar.

Organe fizice unite cu ea: aparatul genital: ovare, uter, testicule, prostată; intestinul, mucoasele intestinale, rinichii, vezica urinară, coloana vertebrală în zona lombară.

Glanda endocrină: gonadele.

Corelări fizice: probleme sexuale, insatisfacție sexuală, dificultăți în orgasm, frigiditate, impotență sexuală, probleme de fertilitate (sterilitate), tulburări la rinichi și vezică, enuresis (incontinență urinară), probleme menstruale, probleme la gonade, dificultăți referitoare la graviditate.

Corelări psihice și emoționale: dificultate de a juisa, de a manifesta plăcere și bucurie, teama de pierdere a controlului, exces de control, dificultate de a se lăsa abandonat, exces de fantezii sexuale, teama de a fi indus în eroare, de a fi înșelat, neîncredere, lipsă de încredere în alții. Această chakra controlează o sexualitate de tip feminin, emotivă, pasivă, sentimentală, care cuprinde sensibilitate, pasiune, dorința de a atinge extazul cu partenerul.

Floarea lui Bach: Cherry Plum

Flori californiene: Basil (legătura între chakra a doua și a șaptea), Calla Lily, Easter Lily, Hibiscus, Sticky Monkeyflower.

Poziția chakrei anterioare pe corpul fizic: 3-4 degete sub ombilic

Poziția chakrei posterioare pe corpul fizic: zona lombară, deasupra osului sacru

Aliment specific pentru a întări chakra: pește

Pietre potrivite pentru a doua chakra: piatra Lunii, agat portocaliu, aragonit portocaliu, calcit portocaliu, cornalină portocalie, jasp portocaliu, dolomita, ochi-de-pisică (varietate de cuarț), onix cornalină (culoare albă-portocalie), opal alb, opal de foc, piatra soarelui, spinel portocaliu, topaz portocaliu.

Dacă ambele aspecte ale celei de a doua chakra sunt în armonie, avem **plăcere**.

A TREIA CHAKRA
Plexul solar

Nume sanscrit: Manipura („cetatea gemei")

Tip de energie: energie nervoasă, punct de trecere între energia fizică și energia mentală.

Vârsta de evoluție: de la 15 la 21 ani

Cuvinte și fraze-cheie: „Eu vreau"; relația cu semenii, cu societatea și dimensiunea socială; gestionarea puterii personale,

bucuria de a trăi. Unire între planul instinctiv și cel emoțional. Este chakra lui Ego, a voinței: se tratează atât în cazul unei persoane slabe, „sleită", cât și în cazul unei persoane prea rigide, prea volitive. Este chakra disciplinei. „Creierul abdominal", unit cu instinctul și creativitatea. Este chakra tuturor celor ce lucrează cu mușchii, de la sportivi la toți cei ce fac muncă fizică.

Culoare: galben. Culoare complementară: auriu.

Element: Foc

Aspectul anterior: este conectat cu dorința de a impune nemijlocit propria voință asupra lumii. Se referă la afirmarea personalității, ca urmare încercăm o senzație de satisfacție. Prin funcționarea corectă a acestei chakra reușim să atingem lucrurile care ne interesează, putem dezvolta acțiuni oportune pentru satisfacerea intențiilor noastre și ne simțim siguri și satisfăcuți de locul pe care îl ocupăm în lume, dezvoltând simțul de apartenență la univers. Aspectul anterior al chakrei ne clarifică despre cum reușim să gestionăm puterea personală și despre relațiile cu alții; mișcarea în sens orar indică o atitudine pozitivă referitoare la ajutorul ce poate fi obținut de la alte persoane, ce vor fi văzute nu ca obstacole (aceasta este una dintre condiții, indicată de altfel și de amișcarea antiorară) ci ca suporți pentru atingerea propriilor scopuri și pentru a înainta în viață. Când chakra este armonioasă, individul acționează cu „transparență" în căutarea succesului. Deschiderea aspectului anterior al chakrei manipura face ca mișcarea să fie transformată în energie (pentru acest proces sunt îndeobște importante și chakrele minore ale stomacului, splinei și ficatului), gândurile devin acțiuni iar activitatea produce satisfacție și profit economic.

Aspectul posterior: pentru că este poziționată pe partea posterioară a corpului, această chakra prezintă nuanțe de tip yin; vom avea, așadar, situația că aceasta se unește cu acele caracteristici de sensibilitate majoră necesare pentru a obține succes în societate și în viață și pentru a-și afirma propria autorealizare care presupune folosirea facultăților intelectuale de tip reflexiv, mai metodice și mai lente față de calitățile impulsive tipice vârtejului anterior. În timp ce aspectul anterior privește afirmarea directă a voinței și inițiativei personale,

aspectul posterior controlează opiniile ce ni le formăm asupra mijloacelor și strategiilor pentru a atinge succesul. Potrivit lui Dale, „în acest loc indivizii își pot corecta judecățile negative, falsitățile și presupunerile eronate, pentru a permite propriei tendințe spre succes (așa cum o înțeleg ei) să opereze în interesul propriu, dar chiar și în dezavantajul propriu."[33]

Organe fizice unite: stomac, aparat digestiv, ficat, vezica biliară, splină, pancreas, aparat muscular (cel care se referă la „forță"), spinare, sistem imunitar, sistem nervos autonom. Această chakra controlează termoreglarea organismului.

Glanda endocrină: pancreasul endocrin (insulele lui Langerhans)

Corelări fizice: tulburări digestive, arsuri la stomac, respirație îngreunată, ulcer gastric, disfuncțiuni hepatice, tulburări ale pancreasului (diabet, hiperinsulism), boli ale sistemului imunitar.

Corelări psihice și emotive: boli psihosomatice, neliniște, nervozitate, depresie, dependințe diverse, egoism, furie, ranchiună, intoleranță, aviditate (atât pentru lucruri materiale cât și spirituale), senzație de pumn în stomac (somatizări la plexul solar), dorința de putere, tulburări de alimentație, anorexie, bulimie, dificultate de a se raporta la corpul fizic.

Florile lui Bach: Crab Apple (această floare reprezintă puritatea, transparența, curățenia persoanei: așadar, un subiect în echilibru, neavid, care se raportează bine la sine însuși și la societate, este un subiect „transparent", necontaminat de emoții rele.

Flori californiene: Blackberry, Larkspur, Quince, Sunflower

Poziția chakrei anterioare pe corpul fizic: imediat sub stern, la „gura" stomacului, unde se simte gropița.

Poziția chakrei posterioare pe corpul fizic: zona centrală a spatelui, în punctul corespunzător plexului solar.

Aliment specific pentru a întări chakra: cereale

Pietre potrivite pentru a treia chakra: agat galben, ambra, calcit galben, fluorină galbenă, labrador cu iridiscență galbenă, ochiul boului, ochi de tigru, piatra Soarelui, pirita, cuarț ametrin, cuarț-chitră (cuarț citrin), cuarț roșu aprins, topaz galben, turmalină galbenă.

33. Dale, op.cit., pag. 146.

Dacă ambele aspecte ale celei de a treia chakra sunt în armonie, avem: echilibru minte-corp, siguranță de sine, simțul apartenenței la univers.

A PATRA CHAKRA
Plexul cardiac

Nume sanscrit: Anahata („nelovit", dar și „răsunător fără a fi percutat": se referă la bătăile inimii și la sunetul de natură transcedentală, produs fără ciocnirea a două lucruri, pe care yoghinii reușesc să-l perceapă în meditație)

Tip de energie: energie afectivă

Vârsta de evoluție: de la 22 la 28 ani

Cuvinte și fraze-cheie: „Eu iubesc"; dragoste, afect, prietenie, relații sociale și afective, sentiment, împărtășire (de idei, sentimente), compasiune, iertare. Putere de vindecare. „Șarnier" (balama) de legătură între planul fizic și cel spiritual.

Culoare: verde. Culoare complementară: roz

Element: Aer

Aspect anterior: a patra chakra anterioară ne dă informații asupra modului cum subiectul iubește, spre exemplu asupra capacității sale mai mari sau mai mici de a oferi dragoste necondiționată nu numai altor persoane, dar și animalelor, naturii, lumii și vieții. Buna funcționare a acestei chakra denotă aptitudine pentru compasiune și iertare: pentru un terapeut este important ca această chakra să fie puternică, deoarece ea este conectată cu puterea de vindecare. Dacă chakra este dizarmonizată, vor exista dificultăți în a iubi fără a aștepta altceva în schimb și se va reuși cu greu să se aprecieze semenii proprii în integralitatea lor, având în vedere că vor fi luate în considerare în primul rând defectele și nu lumina ce transpare din fiecare persoană, aflată chiar în prezența unor părți nerezolvate. Problemele în relațiile sociale, în prietenii și în relația în doi conduc în mod egal la dizarmonia acestui vârtej. Servind drept centru de transformare a energiilor pământești în energii spirituale și invers, a patra chakra îndeplinește un rol de mare importanță; și pentru Brennan „chakra inimii este cea mai importantă în dinamica terapeutică; într-adevăr, toate energiile transformate de diverse chakre urcă curentul energetic

vertical și principal, [...] și trec în chakra inimii înainte de a ieși din mâinile sau din ochii terapeutului"[34]

Aspectul posterior: și aspectul posterior al celui de al patrulea vârtej este în legătură cu vindecarea. În special, acesta controlează dragostea pentru sine însuși și pentru corpul propriu, voința de a se menține sănătos și în formă: reușim să oferim dragoste altora prin mijlocirea dragostei și respectului pentru noi înșine. Această chakra mai este însărcinată să primească dragostea pe care alții ne-o acordă; se unește cu atingerea vocației proprii, cu scopul fiecăruia din noi în viață și cu dorințele pe care am vrea cel mai mult să ni se îndeplinească. În cazul unor probleme cardiace și tulburări ale circulației este bine să tratăm atât chakra anterioară cât și pe cea posterioară. Adesea și constrângerile de natură afectivă răspund la aspectul posterior al acestei chakra.

Organe fizice unite: inimă, plămâni, bronhii, partea cea mai adâncă a traheei, brațele, mâinile, valva mitrală, pieptul, partea superioară a spatelui. Această chakra controlează tensiunea sangvină.

Glanda endocrină: timus

Corelări fizice: tulburări cardiovasculare, aritmii cardiace, hiper și hipotensiune, angina pectorală, probleme cu vasele coronariene, astm, dureri ale articulațiilor mâinilor, tulburări ale timusului.

Corelări psihice și emotive: „inima frântă", neplăceri afective, persoană ce simte lumea ca fiind ostilă, lipsă de încredere în alții, incapacitate de a ierta, invidie, gelozie, ură, lipsă de generozitate și de compasiune.

Floarea lui Bach: Holly

Flori californiene: Bleeding Heart, Borage, Oregon Grape, Trillium. Specifice pentru terapeuți (chakra 4 posterioară): Star Tulip și Yellow Star Tulip.

Poziția chakrei anterioare pe corpul fizic: zona inimii

Poziția chakrei posterioare pe corpul fizic: între umeri

Aliment specific pentru a întări chakra: verdețuri (legume)

Pietre potrivite pentru a patra chakra: alexandrit, amazonit verde, aventurin verde, calcit verde, crisopraz, dioptaz, heliotrop, fluorină roz, fluorină verde, jad, kunzit, labrador cu

34. Brennan, *Mani di luce*, op.cit., pag. 81.

tonalitate verde, lepidolit, malahit, moldavit, peridot, cuarț roz, rodocrozit, rodonit, smarald, spinel verde, turmalină roz, turmalină roz-verzui (turmalină „pepene verde"), turmalină verde.

Când ambele aspecte ale celei de a patra chakra sunt în armonie, avem: dragoste, compasiune, armonie cu alții și cu lumea.

A CINCEA CHAKRA
Plexul laringean

Nume snascrit: Vishuddha („purificare")

Tip de energie: energia vibrației sonore

Vârsta de evoluție: de la 29 la 35 ani

Cuvinte și fraze-cheie: „Eu cunosc"; adevăruri personale, comunicare, împărtășire cu alții a comunicării, ascultare a altora, exprimarea sinelui, capacitatea de a transmite altora ceea ce cunoști. Ascensiune profesională, raporturi și situații la care participă sufletește mediul de lucru. Responsabilități. Putere a sunetului și cuvântului. Fiind centru de comunicare în toate formele sale, a cincea chakra mai este asociată și cu facultatea de a primi și cu creativitatea de un anumit tip: artistică, literară, muzicală.

Culoare: albastru-azur. Culoare complementară: albastru

Aspectul anterior: se referă la exprimare și comunicare, precum și la capacitatea de a ne asuma răspunderea propriilor acțiuni și convingeri. Întrucât este vorba de un concept energetic cu valența yang-yang (chakra anterioară cu număr impar), acest vârtej dezvoltă funcții de tip masculin, activ și se unește cu toate temerile de „a arunca afară" ceea ce există înăuntru: nefuncționarea acestui centru poate indica teama de a suporta criticile altuia fără a ști să le înfruntăm și fără a fi în măsură să reacționăm cu diplomație. Dizarmonia acestui vârtej reflectă, așadar, și incapacitatea de a intra în contact cu alții prin comunicare. Acest lucru este extrem de important în cazul activităților creatoare, în oratorie, în cânt, în învățământ și în toate acele profesii la care trebuie să se manifeste la exterior adevărurile și valorile personale. Condiția acestei chakra ne informează asupra facultăților de a face cunoscut altora ceea ce cunoaștem, ceea ce știm, în afara valorii și personalității

noastre. Referitor la profesie și la mediul de lucru, aspectul anterior al plexului laringean pune în evidență modul în care ne văd alții, cum ne prezentăm, impresia pe care o facem și posibilitățile pe care le avem pentru a ne face apreciați; în sfârșit, el semnalează natura relațiilor directe cu colegii și voința de a ne îmbunătăți sub aspect profesional.

Aspectul posterior: reflectă capacitatea de a primi. Raportul aspectului posterior cu domeniul profesional, cu mediul de muncă și cu colegii arată tendința de tip receptiv: ne vom referi, totuși, la această chakra pentru a studia imaginea pe care o persoană o are despre sine, siguranța sau nesiguranța în a ști să-și dezvolte profesia proprie, precum și satisfacția pe care o obține din aceasta. În prezența unor oscilații dizarmonizate, acest vârtej poate indica orgoliul cu care se încearcă să se mascheze lipsa autostimei în afacerile profesionale, ceea ce poate conduce la victimizare; apoi, putem regăsi în această arie, temerea de a da faliment. În această chakra sunt asimilate „gânduri, idei și concepte ce provin de la alți indivizi, de la alte dimensiuni, de la alte aspecte ale ființei“[35]: totuși, se referă la a cincea chakra posterioară mobilitățile și calitățile învățării, precum și anumite tipuri de contacte cu spiritele-ghid („channeling“ verbal). Toate noțiunile pe care individul le învață „pătrund prin ceafă pentru a trece apoi în partea frontală, a vorbirii conștiente, unde subiectul strânge „sfaturile“ pe care le consideră optime pentru sine și le elimină pe cele nepotrivite.“[36] A cincea chakra posterioară simbolizează, așadar, forja în care, introducând materialul produs de alții, se forjează propriile adevăruri, cu care chakra anterioară se aprovizionează, apoi le lansează în exterior. Dacă această chakra este slabă, persoana s-ar putea lăsa influențată de opiniile altcuiva fără a fi în măsură să le evalueze cu atenție; dimpotrivă, dacă chakra este puternică, persoana va putea conta pe capacitatea de a se deschide cu discernământ la informațiile ce vin din exterior. Terapia acestei chakre are importanță fundamentală în cazul subiecților care resimt influențe negative de la entități externe: se vor folosi, totuși, pietre de protecție, ca obsidianul negru, independent de culoarea chakrei.

35. Dale, op. cit. pag. 149.
36. *ibidem.*

Organe fizice unite: gâtlej, faringe, laringe, partea de sus a traheei, urechi, bronhii și plămâni, aparat respirator, ceafă, gură, dinți. Această chakra controlează și glandele limfatice.

Glanda endocrină: tiroida, paratiroida.

Corelări fizice: durerile de gât, probleme cu tiroida (hiper și hipotiroidită), tuse, bronșită, tulburări respiratorii, astm, probleme la gură, afte, durere de dinți, tulburări la urechi, labirintită.

Corelări psihice și emotive: dificultăți în comunicare și în exprimarea verbală, nod în gât, tendință spre minciună, incapacitatea de a-și exprima propriile adevăruri, temerea de a nu fi înțeleși și de a nu plăcea, tendința de a evita contactul interpersonal prin retragerea în orgoliul propriu pentru a nu suferi refuzul din partea celorlalți.

Floarea lui Bach: Water Violet.

Flori californiene: Calendula, Cosmos, Iris, Snapdragon, Trumpet Vine, Violet.

Poziția chakrei anterioare pe corpul fizic: pe mărul lui Adam la bărbați, pe cuta pielii corespunzătoare la femei. Pentru așezarea pietrelor, chakra poate fi atinsă, de la fosetă la baza gâtului.

Poziția chakrei posterioare pe corpul fizic: partea de jos a cefei.

Aliment specific pentru întărirea acestei chakra: fructe, sucuri, în general, lichide.

Pietre potrivite pentru a cincea chakra: smarald verde-marin, agat azuriu, amazonit azuriu, calcedonie azurie, calcit albastru, celestina, disten, crisocol azuriu, fluorină azurie, labrador cu iridiscență azur-albăstruie, lapislazuli, sodalit, spinel azuriu, topaz azuriu, turmalină azurie, turcoază.

Dacă ambele aspecte ale celei de a cincea chakra sunt în armonie, avem: exprimare, contact.

A ȘASEA CHAKRA
Plexul frontal

Nume sanscrit: Ajna („percepere, cunoaștere, comandă“)
Tip de energie: energie mentală
Vârsta de evoluție: de la 36 la 42 ani.

Cuvinte și fraze-cheie: „Eu văd"; viziune, previziune, intuiție; clarviziune, telepatie și alte facultăți senzitive; stări alterate ale conștiinței. Putere mentală, facultăți intelectuale. Cunoaștere. Sediul voinței, centru de comandă al celorlalte chakre. Această chakra este numită și „al treilea ochi"; corespunde chiasmei optice.

Culoare: indigo. Culoare complementară: violet.

Element: Super Eter.

Aspect anterior: este o chakra asociată cu înțelegerea conceptelor mentale, cu facultatea de a vedea lumea și situațiile printr-o optică mai mult sau mai puțin amplă. Prin forța acestui centru vedem realitatea externă dar și pe noi înșine – într-o manieră echilibrată, netedă, curată, în schimb, dacă această chakra este cu probleme, vom avea o viziune restrânsă, greșită sau confu[illegible] existenței, situațiilor, a relațiilor cu alții și cu noi înșine. Dacă vârtejul se învârte în sens antiorar, imaginile din realitate pe care subiectul le creează vor fi negative: proiectându-le la exterior, aceste imagini vor sfârși prin a produce o întreagă serie de situații reale ostile, sau, oricum, nefavorabile, în sfera cărora subiectul va fi chemat să-și facă propriile experiențe. Această caracteristică de a concepe idei îndeosebi negative, ce vor fi apoi transferate în atitudini efective, este corelată cu rotația dizarmonică și deosebit de amplă a acestei chakra. Din punct de vedere fizic, alterări grele în reglarea mișcării în sens orar a celei de a șasea chakra anterioară, corespund unor tulburări ale ochilor și ale vederii. Dacă această chakra metabolizează o cantitate de energie scăzută și deci, răspunde la pendul cu oscilații de entitate majoră (chiar și în sensul orar), se poate deduce că-o astfel de persoană suferă de o carență a ideilor, nu înțelege bine conceptele mentale și nu și-a dezvoltat înspre mai bine facultățile intelectuale. Funcționarea armonioasă a acestei chakra semnalează, în schimb, că subiectul reușește să-și gestioneze facultățile intuitive, sau, în anumite cazuri, zestrea de tip senzitiv, într-o manieră proprie, îndreptându-le spre scopurile proprii.

Aspectul posterior: cele arătate mai sus pentru aspectul anterior al plexului frontal privesc și aspectul posterior, însă cu această diferență că chakra poziționată în spatele capului oglindește potențialitățile individului în ceea ce privește ideile, facultățile mentale și calitățile intuitive. Ideile ce mai trebuie să

se materializeze în realitatea subiectului, ori care nu au ajuns încă la conștiința sa, intră în sfera celei de a șasea chakra posterioară: toate fanteziile ce nu sunt bine încadrate și toate vizualizările neexprimate își au sediul aici. Neîncrederea în sine înșuși, ca și îndoielile asupra propriei capacități mentale și intuitive pot fi indicate de mișcarea dizarmonizată a acestui vârtej. Dat fiind faptul că aspectul posterior al plexului frontal se referă și la dinamicile yin-yin (deci, mult yin), slăbirea acestui centru relevă lipsa de luciditate în percepțiile de orice fel, haos mental, confuzie în legătură cu posibilitățile viitoare, absența unor idei precise asupra lumii, lipsă de imaginație, pesimism cu privire la drumul propriu de urmat. Dinamicile aspectului anterior și ale celui posterior ne îngăduie să înțelegem care este condiția mentală, intelectuală și intuitivă a subiectului examinat: dacă vârtejul anterior este în armonie iar cel posterior în dizarmonie, acesta va avea o viziune pozitivă asupra sa și a realității, dar îi va fi greu să-și schimbe schemele mentale proprii și să producă idei noi; dacă circumstanțele sunt inverse, subiectul va fi caracterizat prin capacități mentale potențiale pe care nu va reuși să le pună cu ușurință în practică. Deosebit de problematic, după cum se poate bine înțelege, este cazul în care mișcarea ambelor vârtejuri este neregulată: un astfel de individ, în afară de faptul că nu-și dă seama de ceea ce poate cu adevărat să facă la nivel mental, nu se va evalua corect nici pe sine, nici realitatea înconjurătoare.

Organe fizice unite: ochii, îndeosebi ochiul stâng; o parte a urechilor (unele tulburări ale urechilor răspund la a cincea chakra, altele la a șasea), nasul, căile respiratorii superioare, fruntea, baza creierului.

Glanda endocrină: hipofiza.

Corelări fizice: probleme de vedere, dureri de cap, cefalee frontală, tulburări ale mușchilor faciali, tulburări ale căilor respiratorii superioare, sinuzită, labirintită, epilepsie, tulburări ale hipofizei.

Corelări psihice și emotive: confuzie mentală, dificultăți în realizarea unor idei proprii, nesiguranță, lipsă de încredere în intuițiile proprii, probleme în schimbarea ritmurilor biologice (spre exemplu, să dormi ziua și să lucrezi noaptea), tulburări produse de schimbarea fusului orar (jet-lag).

Floarea lui Bach: Cerato

Flori californiene: Black-Eyed Susan, California Poppy, Filaree, Fuchsia, Lavender, Queen Anne's Lace.

Poziția chakrei anterioare pe corpul fizic: între sprâncene, mai sus sau mai jos la unele persoane.

Poziția chakrei posterioare pe corpul fizic: în spatele capului, cam pe sudura dintre osul occipital și cel parietal.

Aliment specific pentru a întări această chakra: aer, respirație

Pietre potrivite pentru a șasea chakra: azurit, fluorină violet, iolit, lepidolit, ochi de șoim, ochi de pisică, pietersit, cuarț ametist, sugilit, tanzanit (varietate de zoisit de culoare indigo), turmalină indigo, safir și rădăcină de safir.

Când amândouă aspectele celei de a șasea chakra sunt în armonie, avem: viziune clară.

A ȘAPTEA CHAKRA
Plexul coronal

Nume sanscrit: Sahasrara („lotus cu o mie de petale")
Tip de energie: energie spirituală
Vârsta de evoluție: de la 43 la 49 ani

Cuvinte și fraze-cheie: „Eu transced"; simțul infinitului, transcendență, misticism, filozofie, multidimensionalitate, abandonare de Sine. Centru de unificare a activităților spirituale. Înțelepciune, beatitudine, iluminare. Relație cu orice tip de religie. Comuniune cu conștiința cosmică („akasha" orientalilor)[37] și cu energia divină. Terapia acestei chakra acționează la nivelul karmei, punând în mișcare „desfacerea" debitelor karmei și accelerând bucuriile creditelor ce sunt înscrise în karma individuală.

Culoare: violet. Culori complementare: alb, transparență incoloră, auriu.

37. Potrivit tradiției orientale, **akasha** (termen sanscrit care denumește **cerul**) este un fel de arhivă cosmică în care se strânge întreaga cunoaștere universală, toate experiențele umanității și tot ce privește alte dimensiuni, evenimente deja întâmplate, precum și cele ce trebuie să se întâmple, orice informație cu privire la persoane, animale, obiecte, epoci și culturi. Se asimilează cu inconștientul colectiv al lui Jung: oamenii sensibili și cei iluminați au acces la informațiile cuprinse în akasha cu ajutorul facultăților chakrelor 6 și 7.

Element: lumină.

Organe fizice unite: ochiul drept, creierul, calota craniană, sistemul nervos central.

Glanda endocrină: epifiza

Corelări fizice: probleme cu epifiza, tulburări ale creierului, ale sistemului nervos central și ale ochilor (îndeosebi ale celui drept)

Corelări psihice și emotive: temeri de origine necunoscută, întuneric interior, simțul alienării, pierdere de identitate, lipsa dimensiunii spirituale; lipsa de elasticitate în sfera filozofică sau religioasă, bigotism.

Floarea lui Bach: Aspen

Flori californiene: Angel's Trumpet, Angelica, Fawn Lily, Lotus, Purple Monkeyflower.

Poziția chakrei pe corpul fizic: în vârful capului, în punctul fontanelei.

Aliment specific pentru a întări această chakra: lumina

Pietre potrivite pentru a șaptea chakra: alexandrit, calcit „spat de Islanda", diamant, fluorină violet, herkimer, lepidolit, marcasit, cuarț ametist, cuarț ametrin, cuarț transparent, sugilit.

Dacă chakra 7 este în armonie, avem: unire și pace.

4. PROFILUL PIETRELOR CELOR MAI FOLOSITE ÎN TERAPIE

În cele ce urmează facem o descriere a pietrelor la care se recurge cel mai mult în ședințele terapeutice. Aceasta nu exclude faptul că, în anumite împrejurări să fie necesară valorificarea unor pietre ce nu sunt studiate în lucrarea de față, fie că o cere cazul de tratat, fie că terapeutul și-a dezvoltat cunoașterea altor minerale. Unele pietre au fost în mod deliberat excluse, nu pentru că ar avea reputația de ineficace, ci din motive ca: finețe excesivă, dificultăți în a le găsi, insuficiența datelor referitoare la proprietățile lor.

Fiecare piatră este definită după **calitățile sale ce prevalează**, dovedite ca sigure, fie prin experiențele acumulate în trecut, fie prin experimentările realizate în epoca modernă; oricum, fiecare exemplar ar putea revela virtuți diferite, ce duc dincolo de cele listate. Nu vom comite, așadar, greșeala de a ne agăța de profilul terapeutic al fiecărei pietre, după o schemă de gândire rigidă, potrivit căreia aceasta este în măsură să intervină numai într-un anumit tip de tulburări specifice, cum ar face medicina alopată: pentru anxietate, un anxiolitic, pentru inflamație, un antiinflamator și așa mai departe. Dimpotrivă, să ne amintim, după cum am afirmat deja, că cristaloterapia urmează modalități analoage celor ale homeopatiei, îndeosebi în ce privește căutarea pietrelor celor mai potrivite pentru cazul pe care-l tratăm: adeseori, la doi subiecți diferiți, pentru aceeași problemă nu va corespunde aceeași piatră, dar, ca o totalitate indivizibilă, va trebui, pentru început, să studiem persoana în unicitatea sa și de-abia în al doilea rând va fi posibil să ajungem la alegerea pietrelor care se potrivesc acelei unicități particulare.

Terapeutul atent, după ce a pătruns adânc în disciplină și a dobândit o oarecare experiență, nu va întârzia să studieze și să experimenteze în cont propriu alte pietre și alte cristale ce nu fac parte din prezenta lucrare și, natural, alte tehnici energetice diferite de cele descrise: unul din avantajele cristaloterapiei este, într-adevăr, acela că permite exprimarea creativității individuale, prin care, pe lângă faptul că îi ajutăm pe alții,

ni se oferă ocazia de a ne aprofunda autocunoașterea și de a ne îmbunătăți astfel evoluția personală.

Acvamarin

Silicat de beriliu și aluminiu
Duritate: 71
Culoare: de la azuriu palid la albastru
Chakra: a cincea

Acvamarinul acționează ca purificator al celei de a cincea chakra, dând claritate, sensibilitate și seninătate și se dovedește util în caz de incapacitate de exprimare din cauza timidității, anxietății și temerii de judecata altora.

Are efect calmant în patologiile căilor respiratorii, acționează în bâlbâială, tuse nervoasă și în tulburările tiroidei.

Agat

Bioxid de siliciu
Duritate: 61 – 7
Culoare: întrucât agatul se prezintă cu striații de diferite culori, nuanța dominantă îi determină uzual și indicațiile:

Agat portocaliu
Chakra: a doua

Acționează ca tonic și stimulant atunci când valențele mentale ale organelor fizice aflate sub controlul celei de a doua chakra se dovedesc „lenevite", astenice, lipsite de tonus.

Agat azuriu
Chakra: a cincea

Agatul de culoare albastru-azuriu aduce tonus și energie în problemele legate de a cincea chakra: îndeosebi, asigură o mai mare ușurință și elasticitate în exprimare. Accentuează diplomația, buna dispoziție, capacitatea de a râde.

Agat galben
Chakra: a treia

Este un bun fortifiant, naște curaj și încredere în posibilitățile proprii. Este indicat în stările de superoboseală tranzitorie, în tensiunile ce derivă dintr-o încărcătură excesivă de angajamente și responsabilități. La nivel fizic acționează asupra pancreasului.

Agat roșu
Chakra: prima

Dă tonus mușchilor și vitalitate țesuturilor: este util sportivilor și celor ce se simt slăbiți, leneși, ce obosesc ușor la nivel fizic și muscular.

Alexandrit

Oxid de beriliu și aluminiu
Duritate: 81
Culoare: verde sau violet în funcție de tipul de lumină
Chakra: a patra, dar și a șaptea

Alexandritul este o gemă rară, al cărui preț pe piață poate depăși pe cel al diamantului; cu toate acestea, proprietățile sale sunt atât de singulare încât ni s-a părut oportun să-l citățm în această lucrare. Este vorba de o varietate de crisoberil găsită pentru prima dată în munții Urali, în jurul anului 1830: i s-a dat acest nume în onoarea principelui Alexandru II al Rusiei, care în momentul descoperirii împlinea vârsta majoratului. La lumina soarelui, apare de culoare verde, dar la lumină artificială devine roșu-violet, așadar vârtejurile cărora le este cel mai mult destinat sunt al patrulea și al șaptelea. Ca toate gemele, are efecte profunde și rafinate: reprezintă carisma, măreția gândului, influențează simțul răspunderii potențându-l și dând maturitatea necesară pentru a înfrunta multiplele aspecte ale vieții. Mărește „conștientizarea efectelor creatoare ale oricărui gând-formă, asupra mediului"[38] Stimulează tendința spre dragoste și spre spiritualitate, fundamentală pentru a obține satisfacție interioară și succes; hrănește dragostea în conotațiile sale cele mai sentimentale și sexuale, așadar este de folosit pentru creșterea sintoniei cu partenerul, îndeosebi în orele de noapte și de intimitate.

Energia acestei geme poate avea ca adjuvant eficace acțiunea remediului floral californian Fairy Lantern, potrivit pentru acei subiecți ce tind să rămână „mereu copii" și nu vor să-și asume responsabilitățile vieții de adulți.

În privința laturii fizice, alexandritul acționează asupra dublei chakra a splinei, reechilibrându-i dizarmoniile; se dovedește eficace în metabolismul proteinelor și pentru tratarea leucemiei, a țesuturilor nervoase și a vaselor limfatice.

38. Balladori, op.cit., pag. 116.

Amazonit

Silicat de potasiu și aluminiu
Duritate: 61
Culoare: verde-azuriu
Chakra: a patra și a cincea

Amazonitul se prezintă în tonalități verzi și azurii: după culoarea dominantă se folosește pentru a patra sau pentru a cincea chakra. Are proprietăți de combatere a dependențelor de orice tip, atât fizice cât și psihologice: fumat, alcool, droguri, medicamente, jocul hazardului și așa mai departe. Naște siguranță, tenacitate, perseverență. Este indicat în cazuri de sfârșeală nervoasă și în atacurile de panică. Pentru a patra chakra este folositor să-l asociem cu kunzitul: într-adevăr, amazonitul emană energie de tip masculin, iar kunzitul este piatra cu valență feminină, așadar împreună echilibrează energiile yin și yang ale inimii.

Ambră

Rășină fosilă a unei plante, moartă de milioane de ani (Pinus succinifera)
Duritate: 2 – 21
Culoare: galbenă cu toate tonalitățile
Chakra: a treia

Este o piatră cu proprietăți antiseptice și dezintoxicante: se folosește pentru alinarea durerilor și nevralgiilor de orice fel, împotriva infecțiilor bacteriene și virale. Manifestă o putere absorbantă la fel ca malahitul, dezvoltând în plus acțiune purificatoare. Pe plan mental, ambra este indicată pentru subiecți reci, solitari, depresivi, melancolici care au nevoie să fie dezintoxicați și „reîncălziți", precum și pentru cei care, în general, simt frigul, independent de tensiunea sangvină. Acționează asupra problemelor de digestie și ale stomacului.

Aragonit

Carbonat de calciu
Duritate: 31 – 4

Culoare: deși aragonitul se prezintă în nuanțe diferite de culori, în terapie se folosește varietatea „portocaliu aprins", constituită din cristale pseudohexagonale de culoare maro-portocaliu.

Aragonitul are, în principal, funcția de stimulant sexual în legătură cu sexualitatea de tip feminin, adică bazată pe emotivitate, receptivitate, pe pasiune și sentimente. Induce flexibilitate în privința problematicilor legate de a doua chakra. Acționează asupra elasticității ligamentelor, asupra ridurilor și a pielii aspre. Pentru a beneficia de această proprietate de tip dermatologic recomandăm să-l introduceți în cutia ce conține crema hidratantă sau antirid.

Aventurin

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: se folosește varietatea de culoare verde
Chakra: a patra

Piatră a prieteniei și a sociabilității, ea aparține familiei cuarțurilor. Favorizează bucuria și seninătatea față de sine și față de alții, alină anxietățile de natură afectivă, dă liniște emotivă și reprezintă un remediu contra răutății. Este una din pietrele standard pentru tratarea chakrei cardiace. Acțiunea sa fizică este orientată pe problemele dermatologice ca: acnee, eczeme, psoriazis, mătreață: în acest sens se pregătește o apă energizată, din care se bea de mai multe ori pe zi și cu care se spală părțile interesate.

Azurit

Carbonat bazic de cupru
Duritate: 31 – 4
Culoare: indigo
Chakra: a șasea

Azuritul promovează introspecția și viziunea amplă a faptelor și circumstanțelor. Este una din pietrele cele mai interesante pentru terapia celei de a șasea chakra, întrucât face „să înflorească" la nivelul conștiinței emoțiile și pulsiunile inconștiente. În meditație, favorizează intrarea în starea de relaxare și conduce la vizualizări de diverse tipuri, între care, atunci când meditația este realizată cu acest scop, acelea referitoare la karma și la viețile anterioare. Din punct de vedere fizic acționează și asupra tulburărilor vaselor și articulațiilor: osteoporoză, reumatisme, artrite, fracturi de oase.

Boji

Sulfură de fier
Duritate: 6 – 61
Culoare: gri închis, metalic, opac
Chakra: toate, se folosesc mai ales ținându-le în mână

Boji sunt pirite sferice de origine secundară, formate în noroiul străvechilor funduri de mare: numele le-a fost dat varietăților ce provin din Kansas, întrucât aceste pietre s-au răspândit printre primele în mediile cristaloterapiei americane. Boji acționează în cuplu: avem, de fapt, un boji „mascul" și o boji „femelă", ce se vând împreună; masculul se recunoaște prin prezența cristalelor de pirită cubice, care îi dau un aspect mai ridat, iar femela, la care cristalele sunt absente sau foarte slab pronunțate, se distinge printr-o mai mare netezire. Descoperite în vremurile recente, au atins repede o oarecare celebritate și li s-au atribuit proprietăți deosebite, care nu au fost încă confirmate de tradiția exoterică și căreia îi erau necunoscute.

Energia lui boji mascul pare a fi de tip yang, adică mai agresivă decât cea a lui boji femelă, care, fiind de valență yin exprimă vibrații mai delicate. Aceste pietre sunt folosite de obicei ținându-le în mâini: masculul în dreapta, femela în stânga (inversându-le în cazul stângacilor), pentru a pune în mișcare un flux echilibrat de energie care stimulează procesele interioare, făcând să apară probleme refulate, emoții reprimate, amintiri de situații nesoluționate. Durata meditației cu boji în mâini trebuie să fie de cel puțin 15-30 minute.

Stimularea indusă de boji acționează asupra aurei, desfăcând blocările minore și semnalând aglomerările de vibrații dizarmonizate ce ar putea produce tulburări fizice: terapeutul deprins cu folosirea acestor boji, ținându-le în mâini și „plimbându-le" ușor de-a lungul corpului persoanei pe care o tratează, la câțiva centimetri, își dă seama în acest mod, după senzațiile pe care persoana le încearcă, care sunt zonele ce prezintă probleme. Întrucât duc la conștientizarea propriilor părți aflate în umbră și aduc în minte condiționările trecutului, boji intră în grupul pietrelor de investigare (între care obsidianul); dar ele creează și un flux continuu de energie între cei doi poli yin și yang, așadar utilizarea lor este indicată în toate cazurile în care este necesară obținerea unei creșteri a succesiunii energetice a organismului.

Calcedonie azurie

Bioxid de siliciu
Duritate: 61 – 7
Culoare: azuriu deschis cu striații albe
Chakra: a cincea

Aparțin grupului calcedoniilor unele cuarțuri microcristaline, între care agatul, cornalina, crisoprazul, jaspul, heliotropul, onixul; uneori, în cristaloterapie, calcedonia azurie este numită „agat cu dantelă („barbă") albastră". Este o piatră utilă în ameliorarea celor două aspecte ale comunicării dintre indivizi, respectiv, să asculți și să te faci înțeles; stimulează capacitatea de adaptare și dezvoltă darul diplomației. Împreună cu turmalina azurie și cu turcoaza, este o piatră a oratorilor; de altfel, este recomandată studenților și celor ce se confruntă cu examene orale, colocvii (interviuri) pentru muncă și altele asemenea. În plan fizic acționează în tulburările aparatului respirator; în cuplu cu cuarțul fumuriu (fumé) este luat în considerare pentru a remedia daunele provocate de tabagism sau pentru a ajuta la dezobișnuirea de fumat. În sfârșit, dezvoltă o acțiune benefică asupra sistemului limfatic.

Calcit

Carbonat de calciu
Duritate: 3
Culoare: culori diverse

Calcitul dezvoltă funcții diferite, după culoare: caracteristica sa de bază este îndeobște pentru tratarea problemelor cu calm, blândețe, delicatețe, spre deosebire de cuarțuri care dezvoltă o acțiune mai energică și mai hotărâtă. Katrina Raphaell precizează: „calcitul este piatra ce se folosește în momente de tranziție, de acomodare sau de alterare"; în plus, „ajută la eliberarea de vechile atitudini și idei în scopul dezvoltării unei mai bune cunoașteri"[39]

Calcit portocaliu
Chakra: a doua

Acționează asupra metabolismului și a tulburărilor unite cu a doua chakra, stimulând în mod deosebit creativitatea.

39. Raphaell, *Manuale di cristalloterapia*, op.cit., pag. 154.

Calcit alb
Chakra: toate, în mod deosebit, a doua

Dezvoltă efect depurativ, îndeosebi asupra rinichilor, splinei și pancreasului; acționează în problemele oaselor, ca osteoporoza și decalcifierea.

Calcit albastru
Chakra: a cincea

Optim pentru a înfrunta cu delicatețe tulburările de origine psihosomatică ce cuprind sferele exprimării și comunicării.

Calcit galben
Chakra: a treia

Aduce ușurință și bucurie în relație cu problemele cauzate de stres, de incapacitatea de afirmare de sine și de dificultăți în gestionarea puterilor personale.

Calcit „spat de Islanda"
Chakra: toate, îndeosebi a șaptea

Posedă proprietăți calmante și reechilibrante: ca și în cazul calcitului alb, acțiunea sa se îndreaptă asupra rinichilor, splinei și pancreasului. Armonizează componentele masculine și feminine și se dovedește util în experiențele astrale, adică pentru a favoriza călătoriile în afara corpului (în engleză OBE, „Out of Body Experience")

Calcit verde
Chakra: a patra

Însenineză sentimentele, pune ordine în gânduri, aduce echilibru și destindere. Recomandat celor care au tendința să cadă mereu în aceleași greșeli. Se dovedește eficace în tendinite.

Celestina

Sulfat de stronțiu
Duritate: 3 – 31
Culoare: azuriu palid
Chakra: a cincea

Celestina are proprietatea de a îmbunătăți somnul și de a mări activitatea onirică: pentru a obține efecte mai de marcă, aceasta se activează expunând-o la radiații lunare. Este o piatră utilă în toate cazurile de insomnie: în acest sens se poate pune o geodă de celestină în dormitor. Așezată pe chakra, ea acționează asupra tulburărilor vocii și a inflamațiilor corzilor vocale,

ale gâtului și amigdalelor. Influențează acuratețea și limpezimea în exprimare. Este benefică pentru tiroidă. Celestina este considerată și „piatra îngerilor".

Cornalina

Bioxid de siliciu
Duritate: 61 – 7
Culoare: portocaliu aprins, roșu, roșu-portocaliu
Chakra: prima și a doua

Cornalina aparține familiei cuarțurilor, grupa calcedoniilor, subgrupa agatului: așadar, numele său ar fi agat-cornalină, dar se folosește de regulă denumirea de „cornalină". Este o piatră pentru tulburări îndeosebi de tip fizic, influențează oxigenarea și purificarea sângelui. Acționează asupra organelor din partea de jos a pântecelui: uter, ovare, testicule. Este de un mare folos îndeosebi în problemele menstruale și în proasta funcționare a intestinului. Cornalina roșie închis ajută și la purificarea ficatului. Stimulând prima și a doua chakra, este indicată în terapiile îndreptate spre creșterea intensității voinței, mai ales dacă se așază pe a treia chakra pietre potrivite pentru aceasta (între care, spre exemplu, ochiul de tigru), ce se unesc cu cornalina prin cuarțuri biterminate.

Crisocol

Silicat hidrat de cupru
Duritate: 2 – 4
Culoare: azuriu, verde
Chakra: a patra, a cincea

Când este gemă, crisocolul este numit „gemă de siliciu"; este, mai curând, rar și se recunoaște, fiind translucid și semitransparent. În general, este o piatră potrivită pentru reechilibrarea salturilor de dispoziție personală. Posedă capacitatea de a răcori și de a răci, spre deosebire de ambră care are proprietatea de a încălzi. Așadar, se folosește în cazul unor arsuri de piele și alte arsuri, inclusiv cele solare, precum și pentru scăderea febrei.

Crisocolul de tonalitate verde favorizează, în cadrul celei de a patra chakra, depășirea traumelor afective și a simțului vinovăției; calmează anxietatea și reduce intoleranța în confruntările cu alții. La a cincea chakra, crisocolul de tonalitate azurie

se dovedește util în potolirea izbucnirilor de furie și violență verbală. Este „piatra cântăreților", întrucât acționează asupra corzilor vocale; este potrivită pentru tratarea cistitelor și este utilă chiar și în cazul reumatismelor. Întrucât este în măsură să accentueze virtuțile de tip yin, ca tandrețea și înțelegerea, crisocolul azuriu sau verde este considerat „piatra femeilor": mai exact, aceasta este „aliata prețioasă a femeii obsedate de muncă și de miile de obligații, precum și a bărbatului care se teme de confruntarea cu lumea feminină tot mai denaturată."[40] Pentru a potența această ultimă facultate de ajutor unui subiect masculin aflat în dificultate cu femeile, se recomandă alăturarea crisocolului cu zoisitul.

Crisopraz

Bioxid de siliciu
Duritate: 61 – 7
Culoare: verde-pepene
Chakra: a patra

Piatră „rece", folosită pentru regularizarea tensiunii ridicate, nu este recomandată pentru subiecții care au ușurință în scăderea temperaturii corporale sau tendință la colaps. Dezvoltă acțiune sedativă și este bună în caz de hemoragii și tulburări cardiace. Pentru Monica Giovine, crisoprazul „acționează împotriva tuturor formelor de negație, fie ea incapacitatea de a iubi, fie de a fi iubiți", și „transformă ambițiile în generozitate, aviditatea în altruism."[41]

La fel ca și malahitul, crisoprazul sporește dragostea pentru natură, în special pentru regnul vegetal: este recomandat pentru culturile de plante cu fructe, în acest sens câteva exemplare pot fi așezate în proximitatea rădăcinilor.

Cuarț ametist

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: de la violet deschis la violet intens
Chakra: a șaptea

40. Manuela Caldirola, *Cristalloterapia. Una cura per il corpo e l'anima*, Milano, Sonzogno, 1994, pag. 182).
41. Giovine, op.cit., pag. 85.

Cunoscut încă din antichitate, cuarțul ametist este doar una din pietrele cele mai semnificative pentru terapia celei de a șaptea chakra, dar are și multe alte prețuiri. Mai întâi, raza violet care-l caracterizează este simbolul elevației spirituale și transcendenței; în al doilea rând, proprietățile sale calmante și de alinare, pe lângă cele depurative, fac din el un bun remediu pentru toate cazurile în care este nevoie să se obțină o sedare rapidă sau, dimpotrivă, să se aducă la trezire un subiect „anesteziat" mintal. Numele de „ametist" derivă din grecescul „amethystos", cu sensul de „nu este beat", deoarece se credea că această piatră servea drept scut în abuzul de alcool, conservând luciditatea mentală; această credință este confirmată și în sfera culturii musulmane de la tunisianul Ahmad al-Tifasi (sec. al XII-lea), care arată că „a bea băuturi alcoolice în orice cantitate dintr-o cupă de ametist, înseamnă a împiedica îmbătarea"; sau „un ametist ținut sub pernă îndepărtează coșmarurile"[42]

Ametistul ne conectează cu planurile mai elevate, stimulând contactul cu sursele superioare de înțelepciune și seninătate; valența sa spirituală este întărită de toți autorii: „ametistul a fost întotdeauna considerat un simbol al pionierului angajat cu gândul și acțiunea în planul filozofic, religios, spiritual și material."[43] Proprietățile acestui cuarț la nivelul fizic al omului ies în evidență în legătură cu durerile de cap și de dinți: „Pentru durerile de cap și de dinți se recomandă să se scufunde pentru câteva minute un ametist în apă caldă, să se șteargă cu grijă și să se frece ușor părțile afectate și zona posterioară a gâtului."[44]

Cuarțul ametist este un remediu optim contra migrenelor, nevralgiilor faciale și umflăturilor de orice fel, astfel că aceste tulburări se atenuează doar prin frecarea repetată a părților interesate cu un exemplar „cernut". Acționează asupra epifizei, facilitează adormirea la subiecții ce suferă de insomnie și reechilibrează tendința spre coșmaruri, aducând vise relaxante și vesele. Pentru a obține o calitate bună a somnului, se va ține o piramidă de ametist sub pat sau o piatră „cernută" sub pernă.

42. Ahmad al-Tifasi, *Il libro delle pietre preziose*, a cura di Ida Zilio-Grandi, Venezia, Marsilio, 1999, p.136.

43. Isidore Kozminsky, *The Magic and Science of Jewels and Stones, vol. I* sau Rafael, Cassandra Press, 1988, p. 98.

44. ibidem

Cuarț ametrin

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: violet-gălbui
Chakra: a treia, a șaptea

Cuarțul ametrin este un ansamblu de cuaț ametist și de cuarț citrin (de unde și numele): pentru a-i cunoaște potențialitățile, trimitem la consultarea fișelor referitoare la aceste pietre. În sistemul remediilor florale ale lui Bach, cuarțul ametrin prezintă corespondențe deosebite cu „Scleranthus".

Cuarț citrin („chitră")

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: diverse nuanțe de galben
Chakra: a treia

Este nevoie să fim atenți când achiziționăm această piatră, deoarece deseori unele exemplare de culoare verde intens sau galbenă portocalie vândute drept cuarț citrin sunt în realitate ametiste ce au suferit un proces de spălare în scopul de a le altera culoarea.

Numele acestui cuarț pare înrudit cu cuvântul latin **citrus**, „lămâie"; printre proprietățile pe care tradiția i le atribuie, citățm: dinamism, siguranță, entuziasm, satisfacție în muncă, sociabilitate. Galbenul, nuanță solară, reprezintă bucuria și optimismul, așadar, efectele citrinului sunt și antidepresive. Întărind încrederea în sine, ne face mai toleranți în confruntările cu alții și ne permite să ne eliberăm de prejudecăți. Întrucât este legat de probleme materiale, ajută să luăm decizii juste în muncă, în domeniul afacerilor și finanțelor. Amplifică simțul datoriei și poate fi de folos studenților pentru a dobândi siguranță și angajare deplină în studiu.

Este recomandat în ticurile nervoase, în tulburările de stomac și în râgâieli; acționează asupra pancreasului (cel mai bun, în caz de diabet) și este piatra ideală pentru tulburările vezicii urinare.

Cuarț fumé (fumuriu)

Bioxid de siliciu
Duritate: 7

Culoare: de la brun palid la brun intens
Chakra: prima

Cuarțul fumuriu (fumé), numit și „morion", este adeseori supus la iradieri pentru a-i accentua „fumul", sau este imitat cuarțul transparent, iradiat în același mod: să fim, deci, la curent cu posibilitatea acestei stratageme în momentul alegerii unui exemplar.

Impulsionându-ne să „ne punem picioarele pe pământ", acest cuarț duce la acceptarea materialității și a fizicității, deci este util celor ce își refuză corpul propriu și aspectele materiale ale vieții. Este recomandat pentru persoanele care se „lăfăie" în victimism (asociere cu floarea lui Bach, „Willow"), precum și pentru cele suspicioase și supărăcioase. Acționează ca reglator al energiei sexuale și stimulează urcarea energiei kundalini; duce la eliminarea catabolitelor organice și intră în terapiile pentru tulburări ale picioarelor. Se folosește în alăturare cu amazonitul în terapiile menite să elimine viciul fumatului: pentru aceasta exemplarele de cuarț fumé se vor poziționa nu numai pe prima chakra, dar și pe a cincea și sub torace în zona plămânilor.

Cuarț transparent

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: incolor, mai mult sau mai puțin transparent
Chakra: toate

Numit și „cristal de rocă", cuarțul transparent este considerat maestrul cristalelor, piatra-ghid a oricărui cristaloterapeut: este, într-adevăr, de neînlocuit, iar în ședința de cristaloterapie reprezintă elementul-cheie în măsură să vehiculeze energiile tuturor celorlalte pietre. În antichitate se credea că este gheață pietrificată, sau „lumină în stare solidă" și i se dădea calificativul de „panaceu pentru toate relele".

Prin lumina albă ce-l deosebește, acest cuarț însumează toate cele șapte culori ale curcubeului fiind, deci, adecvat oricărui tip de experiență, atât meditativă, cât și de vindecare propriu-zisă. Acest cristal promovează claritatea la orice nivel, mărește capacitatea de autovindecare a organismului și desfășoară o eficace acțiune de purificare a aurei și a organelor asupra cărora se acționează: în această operație este depășit

numai de diamant și de cuarțul herkimer, deși aceste ultime două pietre nu pot fi angajate cu ușurința în mânuire și în stabilitate tipice cuarțului transparent. Acesta posedă calitatea de a înmagazina, a amplifica și a transmite diverse tipuri de energie între care cea a gândurilor-formă ce-i sunt supuse prin programare. Împreună cu alte pietre (între care obsidianul negru, turmalina neagră și turcoaza), creează un scut de protecție împotriva vibrațiilor negative de origini diferite, la care, zilnic, fără să ne dăm seama, suntem supuși. Ajută la suportarea oboselii, a stresului, a sfârșelii fizice și mentale: constituie o rezervă de vitalitate, forță și rezistență. Acționează asupra febrei și a părților corpului care și-au pierdut sensibilitatea, este recomandat în convalescență. Singur sau în alăturare cu alte pietre, a căror eficacitate o întărește, este un auxiliar optim pentru tratarea oricăror feluri de tulburări.

Pentru a efectua curățenia energetică a ambientelor, ne putem folosi de patru bucăți mari de cuarț transparent, așezându-le câte una în fiecare colț al camerei, activându-le cu cristalul activator (vezi mai departe) și unindu-le între ele prin deplasarea noastră pe lângă pereți, imaginând crearea unui fel de circuit pentru întregul perimetru al camerei, vizualizând intenția noastră, care trece prin activator și se îndreaptă spre cristalul pus în colț, de a pune în mișcare orice vibrație negativă prezentă în acel moment. Se lasă cristalele în poziția lor câteva ore, după care li se dă comanda mentală de a-și întrerupe activitatea de curățire, se ridică fiecare bucată de la locul ei și se procedează la purificare de îndată. Este indeobște bine să avem grijă să nu desfășurăm această operație în timp ce ne odihnim, dormim sau lucrăm în cameră, pentru a evita absorbirea în propria aură a procesului vibrațional ce se armonizează datorită acțiunii cuarțurilor.

Pentru a ne reîncărca la sfârșitul unei zile obositoare se vor folosi trei generatori de cuarț transparent, de dimensiuni suficiente (4-5cm lungime), punând doi dintre ei cu vârfurile în direcția fiecărui picior și unul cu vârful îndreptat spre chakra a șaptea: în stare de relaxare, ne lăsăm traversați timp de 15-20 minute de razele regeneratoare emise de fiecare cristal. O altă alternativă este de a folosi numai doi generatori, unul între picioare îndreptat în direcția primei chakra și unul în direcția capului. Și masajul cu o piatră „cernută" pe părțile dureroase ale

corpului dezvoltă acțiune de revigorare. Folosind în mod adecvat un generator sau un laser de cuarț transparent, după cum vom explica mai târziu, vom putea dirija energia unde dorim.

Cuarț roz

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: roz, roz palid
Chakra: a patra

Piatră de bază pentru chakra cardiacă, este definită de cuvintele-cheie: caritate, sentiment, dragoste necondiționată. Este utilă pentru cei ce dovedesc tendințe de agresivitate, intolerabilitate, lipsă de politețe și egoism, dar și pentru subiecții hipersensibili. Stimulează simțul iertării și acționează în dizarmoniile emotive cu componente sentimentale și sexuale; transformă furia și gelozia în pace interioară. Potolește anxietățile cauzate de carențe afective (așa-zisul „rău de dragoste") și favorizează deschiderea afectivă spre ceilalți. În alăturare cu pietrele verzi se folosește în cazul anginei pectorale, a palpitațiilor și tahicardiei. Împreună cu ametistul și celestina intră în categoria pietrelor adecvate pentru a da o bună calitate somnului.

Cuarț cu rutil

Dioxid de siliciu cu incluziuni de rutil
Duritate: 7
Culoare: în general incolor, transparent, sau brun deschis
Chakra: a treia

Numit și „capelvenere" (în românește, numele unei plante „părul-maicii-domnului", n.t.), adică „părul lui Venus", pentru incluziunile de ace de rutil foarte fine. Este o piatră „electrică", deosebit de revigorantă, activează sistemul imunitar, ameliorează funcțiile cerebrale și regenerează țesuturile. Stimulează glandele suprarenale și este utilizat pentru limitarea efectelor negative ale cortizonului chimic. Întrucât protejează de radiații, se poate așeza lângă computer, lângă aparatele de radiologie și în locurile cu radioactivitate. Ajută subiecții aflați în curs de tratamente chimioterapeutice. Pe plan mental, acest cuarț influențează pozitiv speranța, simțul de independență și rectitudine.

Cuarț turmalinat

Bioxid de siliciu cu incluziuni de turmalină neagră
Duritate: 7
Culoare: incolor, transparent
Chakra: toate

Cuarțul turmalinat reunește în sine proprietățile cuarțului tansparent și ale turmalinei negre: trimitem la studierea acestor două pietre pentru a cuanoaște în detaliu proprietățile unui cristal dintre cele mai interesante.

Diamant

Carbon
Duritate: 10
Culoare: incolor, transparent; posibile reflexe de culoare diferită în relație cu prezența altor elemente
Chakra: toate, în special a șaptea

Nu ar fi fost admisibilă excluderea de la această analiză a gemei care, deși atinge costuri prohibitive pentru majoritatea persoanelor, este universal recunoscută ca cea mai puternică dintre toate. Numele său este legat de termenul grecesc „adamas", cu sensul „inalterabil", „de neînfrânt", „tare": de fapt, energia diamantului este atât de intensă, încât adeseori este foarte dificil de gestionat. Un diamant trebuie să fie utilizat cu mare stăpânire, cu hotărâre și mai ales cu convingerea deplină a rezultatului pe care vrem să-l obținem, în măsura în care gândurile-formă ce s-au avut în vedere vor fi amplificate de manieră sensibilă: dacă operatorul nu dispune de calitățile necesare de forță interioară, fermitate și siguranță de sine, diamantul va produce mai multe rezultate negative decât pozitive. Să se procedeze, așadar, cu precauție și să se analizeze mai degrabă oportunitatea de a se începe cu explorarea energiilor pietrelor cu cuarț transparent: amintim că, înainte de a ne putea servi de diamant, trebuie să devenim, din punct de vedere spiritual, demni de energia lui, altfel consecințele ar putea fi dezastruoase. Această gemă asigură o puternică purificare a aurei și este adecvată în tratarea zonelor obscure și stagnante de la orice nivel; posedă și facultatea de a amplifica energia pietrelor cu care este împerecheată. Fiind adresată creierului, aceasta acționează în planul fizic eliberându-ne de modelele de

gândire și de comportamentele învechite, sporește raționalitatea și obiectivitatea potențând controlul minții; armonizează intelectul cu cunoașterea superioară. Întrucât simbolizează gradul cel mai ridicat de cristalizare a luminii, diamantul este unit cu luciditatea mentală și puritatea spirituală; ca atare, el este utilizat pentru căutarea iluminării și sprijinirea oricărui tip de evoluție.

Diopsid „Black Star"

Inosilicat de calciu și magneziu
Duritate: 51 – 6
Culoare: negru opac cu efect de stea în patru puncte, albă, luminoasă
Chakra: toate, potrivit cazurilor

Piatră misterioasă și fascinantă, de regulă folosită ca gemă pentru coliere, diopsidul „Asteria" sau „Black Star" reprezintă „lumina în întuneric" și ca atare se încarcă cu semnificații bine precizate. Marco Dini Sin vorbește despre ea astfel: „aș îndrăzni să o denumesc piatra ultimei speranțe. Steaua sa diafană ajută, într-adevăr, să reclarifice (să facă să strălucească) viața în momentele cele mai întunecoase, când, adică, totul pare deja pierdut, împingând la continuarea drumului, la trecerea peste obstacole, dând o posibilitate subtilă dar concretă pentru viitor."[45]

Aceasta este utilă, așadar, nu numai în prima chakra (în temeiul culorii sale, dominante, negrul), dar și în toate celelalte chakre, fie chiar alăturată cuarțurilor transparente și herkimerului, pentru a aduce lumină în orice fel de probleme, mai ales pentru persoanele afectate de depresie, pradă crizelor existențiale. La fel ca și turcoaza și turmalina neagră, „Black Star" protejează de vibrațiile negative, generând în plus steaua de lumină ce va indica un nou drum.

Dioptaz

Silicat hidrat de cupru
Duritate: 5
Culoare: verde smarald sau verde închis

45. Marco Dini Sin, *Manuale pratico di litoterapia*, Viareggio (LU), Editrice Lunaris, 1994, vol. II, pag. 27.

Chakra: a patra

Considerată una din pietrele zeiței Venus, era asociată simțului frumuseții. Dioptazul este adecvat pentru rezolvarea problemelor inimii, atât la nivel fizic cât și mental. Este recomandată persoanelor care, după optica floriterapiei lui Bach, intră în tipologia remediului Chicory: subiecți manipulatori în câmpul afectiv, care doresc atenția celor ce le sunt dragi și pe care îi șantajează inventându-și boli sau probleme inexistente; subiecți posesivi ce vor să exercite un rol matern sau patern excesiv și injust, impunându-se asupra copiilor, consortului/consoartei sau părinților. Regularizează tensiunea sangvină, atât în hipertensiune cât și în hipotensiune, precum și în cazul puseelor de tensiune (în timp ce crisoprazul acționează numai în cazul tensiunii ridicate); apoi, este benefic în general pentru aportul cardiovascular.

Disten

Silicat de aluminiu
Duritate: 4 – 7
Culoare: azuriu opac
Chakra: a cincea

Distenul (cianita) dispune de o energie „foarte rapidă și penetrantă"[46]. Așezată pe a cincea chakra, se dovedește eficace în toate problemele legate de exprimare și comunicare, îndeosebi când persoana obosește vorbind despre sine sau nu are înzestrări de elocință și creativitate verbală. Stimulează spontaneitatea și gândirea logică. Atât cristale individuale, cât și în conglomerat se folosesc pe chakra gâtului sau întinse pe pat în apropierea acestei chakra pentru a ușura exprimarea verbală în timpul ședințelor de hipnoză sau de întoarcere în viețile anterioare, când persoana trebuie să vorbească și să povestească situații pe care terapeutul le induce spre vizualizare.

Dolomita

Carbonat dublu de calciu și magneziu
Duritate: 31 – 4

46. Tabish Griziotti Basevi, *Cristalloterapia. Come curarsi con i cristalli*, Milano, De Vecchi, 1996, pag. 96.

Culoare: alb, roz
Chakra: a doua

Dolomita își ia numele de la geologul francez Dolomieu (1750-1801), care a studiat-o primul. Energia sa are caracteristicile apei: ea interacționează cu dezechilibrele legate de a doua chakra. Manifestă acțiune relaxantă în planul emoțional, precum și acțiune tonică și de armonizare în plan fizic. Își dezvoltă efectele în extenuare. Conținând magneziu, este adecvată în alterările de dispoziție caracterizate de anxietate și depresie.

Heliotrop

Bioxid de siliciu
Duritate: 61 – 7
Culoare: verde închis cu pete roșii-sângerii
Chakra: prima și a patra

Numit și „jasp sângeriu", heliotropul este una din pietrele bine cunoscute de tradiție: în epoca medievală se credea că petele roșii erau picături ale sângelui lui Hristos căzute pe pietre de jasp verde. Se folosește la prima și a patra chakra pentru armonizarea sexualității și a componentelor instinctive cu dragostea dezinteresată și compasiunea. În acest scop se pun două exemplare de heliotrop pe prima chakra (câte una pe fiecare inghinal) și unul pe a patra chakra. Heliotropul stimulează saltul energiei kundalini de la prima chakra până la a patra. Ca orice jasp, heliotropul este o piatră de înrădăcinare, dar posedă capacitatea de armonizare a energiei „agresive" a primei chakra cu cea „afectivă" a celei de a patra. În plus, heliotropul purifică sângele și ficatul.

Hematit

Oxid de fier
Duritate: 61
Culoare: gri metalic, lucitor; pulberea este de culoare roșie
Chakra: prima

Numele de hematit vine de la grecescul „haima", adică „sânge", deoarece apa de răcire folosită în procesul de tăiere a pietrei se colorează în roșu sângeriu. Este foarte puternic în înrădăcinare: hematitul fixează cu putere la pământ, față de turmalina neagră care are un efect mai puțin peremptoriu. Piatră ideală pentru cei ce visează cu ochii deschiși și au un contact redus cu realitatea. Întărește încrederea în sine și ajută la depășirea situațiilor de stres. Este recomandat în tratarea cazurilor de anemie, deoarece stimulează producerea globulelor roșii; în plus, declanșează regenerarea pielii și țesuturilor, așadar putându-se folosi în cazul cicatricelor, preparându-se o apă energizată cu care se umidifică zona interesată sau adăugând piatra în cutia cu o cremă adecvată acestui scop. Pentru tratarea energetică a cicatricelor este recomandat și remediul floral al lui Bach, **Walnut**; câteva picături de esență puse direct pe cicatrice, o dată sau de două ori, timp de o lună."[47]

Fluorina

Fluorură de calciu
Duritate: 4
Culori: diverse culori
Chakra: potrivit culorii

Flourina aduce beneficii în cazul unor tulburări fizice legate de metabolismul calciului și fluorului: se va folosi, așadar, în probleme ale unghiilor, dinților și oaselor, precum decalcifiere, carii, artrite, artroze, osteoporoze. La nivel mental ajută la concentrare și „canalizează forța intuitivă a minții în activitate fizică"[48]: în fapt, fluorina declanșează echilibrul emotiv și acționează pozitiv asupra memoriei, a funcțiilor intelective și a clarității gândirii. Creează ordine, stabilitate, organizare: favorizează claritatea și eliberează gândirea de compromisuri și coercițiuni. Întrucât stimulează unirea între energia fizică și energia mentală, fluorina, după culori, va fi folosită în chakrele corespunzătoare pentru a alinia componentele mentale cu activitatea fizică. Poate fi pusă în mediul ambiental pentru a dezvolta simțul ordinii. O ședință bazată în întregime pe această piatră este recomandată pentru purificarea celor șapte chakre, îndeosebi când facultățile mentale și raționale ale subiectului apar confuze, haotice, nebuloase: se dispun în acest scop unu

47. Cfr. Dietmar Krämer-Helmut Wild, *Nuove terapie con i fiori di Bach*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1995, vol. II, pag. 47.
48. Raphaell, *Manuale di cristalloterapia*, op.cit., pag. 154.

sau mai multe octaedre de fluorină pe fiecare vârtej energetic, respectând corespondența între culoarea pietrei și culoarea specifică a chakrei respective: în alternativă, se pot folosi numai fluorine incolore, care, la fel ca și cuarțul transparent și alte pietre albe sau transparente, sunt potrivite pentru toate chakrele.

Granat

Silicat de magneziu și aluminiu
Duritate: 7 – 71
Culoare: roșu sângeriu
Chakra: prima

Sub numele de „granat" se înțelege varietatea de rubin („il piropo") de culoare roșie sângerie (cuvântul „piropo" provine din grecescul „pyropos", care înseamnă „care face flăcări"). Granatul este una din pietrele cele mai adecvate pentru prima chakra: acționează asupra sângelui, purificându-l și fluidizându-l, precum și asupra circulației; în plus, trebuie avut în vedere în cazul problemelor sexuale și ale fertilității, impotenței, frigidității, ejaculării precoce, anorgasmiei, precum și al capilarelor fragile. Întărește sistemul imunitar și stimulează regenerarea organismului. Împreună cu hematitul, combate anemia și se folosește pentru cicatrizarea rănilor.

Granatul favorizează înrădăcinarea și acționează în cazul subiecților care au simț practic redus, aducând tărie în voință, perseverență, hotărâre. În fine, este un ajutor validat în menținerea raportului afectiv și a pasiunii erotice în cuplurile care urmează să se separe pentru câtva timp: cu această destinație se pare că în Evul Mediu exista obiceiul ca femeile să-l dea cadou soților când aceștia plecau în cruciade.[49]

49. Cfr. Caldirola, op.cit., pag. 119)

Herkimer

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: incolor, perfect transparent
Chakra: toate

Numit și „diamantinul din Herkimer", aceasta este o piatră care se extrage exclusiv din minele din Herkimer, în statul New York. De obicei are două terminații, dar există și exemplare cu terminații multiple. Cuarțul herkimer corespunde unei adevărate „injecții de energie", mai accentuată față de cea obținută cu cuarțul transparent, deoarece lumina acestui cristal este și mai albă și pătrunzătoare. Puternic antistres, el reprezintă „fericirea" și se folosește în toate formele de depresii, în anxietăți și temeri, în surmenajul cauzat de muncă fizică sau intelectuală. Folosit împreună cu malahitul, care are capacitatea de a absorbi emoțiile reprimate, cuarțul herkimer declanșează reechilibrarea și ușurarea acestora. În general, el favorizează dezintoxicarea, atât fizică, cât și psihică și dirijează raza de lumină albă în zonele de umbră ale individului. Își găsește utilizarea și în detensionarea mușchilor.

Iolit

Ciclosilicat de magneziu și aluminiu
Duritate: 7 – 71
Culoare: variabilă, de la albastru-gri la indigo și violet albăstrui
Chakra: a șasea

Această piatră, adecvată celei de a șasea chakra, este numită și „cordierită", de la numele geologului francez Cordier (1777-1861). Acționează în modalități apropiate de cele ale safirului, dar cu mai mare blândețe și cu efecte mai delicate. Omul de știință Garnier îi dă următoarea definiție: „piatră spirituală prin excelență pentru novici, căci este foarte „blândă" și nu pune în cauză prea multe lucruri în același timp (pe chakra coronală). Ea permite cultivarea uneia din virtuțile necesare oricărei dezvoltări personale, răbdarea."[50]

50. J. M. Garnier, *Propriétés energétiques des pierres et des cristaux*, Lyon, Editions ACU, 1999, pag. 81.

Jasp

Bioxid de siliciu
Duritate: 61 – 7
Culoare: deși există varietăți de diferite culori, în cristaloterapie se folosesc: jaspul roșu, portocaliu și verde cu pete roșii, acesta din urmă fiind numit „heliotrop" (a se vedea în continuare)
Chakra: prima și a doua

Potrivit pentru tratarea primei și a celei de a doua chakra și a organelor corelate cu acestea. Optim pentru ficat (îndeosebi cel cu tonalitatea roșu închis) și pentru intestin, jaspul portocaliu sau roșu acționează contra hemoroizilor, constipației, diareei, râgâielii, problemelor menstruale. Este piatra standard pentru tratarea dificultăților de înrădăcinare, contribuie la clarificarea ideilor asupra căii pe care dorim să o parcurgem în viață, asupra idealurilor de atins și a alegerilor de îndeplinit.

Jad

Silicat de sodiu și aluminiu (jadeit); silicat de calciu, magneziu și fier (nefrit).
Duritate: 61 – 7; 6 – 61
Culoare: diferite culori; verde smarald pentru așa-zisul „jad imperial".
Chakra: a patra (jadul imperial); alte chakre, după culoare, pentru celelalte varietăți

În denumirea de jad intră atât jadeitul cât și nefritul, două varietăți greu de distins; pentru amândouă se adoptă îndeobște termenul generic de jad. Varietatea cea mai costisitoare și mai apreciată este jadul imperial, de culoare verde smarald; jadeitul apare într-o vastă gamă de culori (practic, toate celelalte culori ale celor 7 chakre), iar nefritul este de regulă verde închis. În cristaloterapie se preferă cu predilecție jadul de culoare verde pentru chakra inimii, dar pot fi folosite și pietre de alte culori pentru celelalte chakre. Piatră având o energie recunoscută din antichitate, astăzi a cedat într-o oarecare măsură locul unor pietre noi, recent descoperite, mai adecvate pentru situațiile vieții moderne: cu toate acestea, potențialul său este încă departe de a se fi epuizat.

Cuvântul-cheie al jadului este **acceptare**: această piatră dezvoltă efect calmant și ne ajută să acceptăm problemele și

momentele dificile ale vieții fără a ne lăsa să ne doboare. Naște curaj și influențează emotivitatea excesivă, făcându-ne mai stabili și mai echilibrați; facilitează conexiunea personală cu energia Terrei în scopul depășirii tulburărilor nervoase: „Când suntem nervoși sau avem stări de teamă sau anxietate, ne putem liniști restabilind contactul cu imensa energie a Terrei. Jadul acționează ca un antidot puternic pentru tulburările sistemului nervos."[51] Piatra acționează asupra vezicii biliare și a afecțiunilor tipice ale acestui organ; este de ajutor și în bolile puse în sarcina splinei și rinichilor. În China, jadul este un simbol străvechi al norocului și bogăției.

Kunzit

Silicat de litiu și aluminiu
Duritate: 61 – 7
Culoare: de la roz palid la roz-violet
Chakra: a patra

Își datorează numele unui om de știință, Kunz, care l-a descris primul în 1902. Întrucât kunzitul conține litiu, se dovedește benefic în problemele legate de a patra chakra, care induc în subiecți sindroame depresive. Este folositor și în stările de obișnuință și dependență, în alăturare cu amazonitul, îndeosebi în cazul terapiei de eliberare de medicamente psihice.

Piatră ce simbolizează **deschiderea inimii**, kunzitul întărește sistemul cardiovascular și aduce echilibru emoțional. Induce oferirea dragostei dezinteresate, fără recompense așteptate; eliberează de emoțiile mai de jos ca: furia, ura, invidia, gelozia. Pentru unii autori, este folositor în reglarea ciclului menstrual, „când această problemă este cauzată de neacceptarea propriei feminități: în acest caz se poate pune piatra și pe a doua chakra."[52]

Printre pietrele de culoare roz – culoare complementară a verdelui pentru chakra inimii – kunzitul și turmalina roz emană energii dintre cele mai subtile, datorită și striațiilor ce le caracterizează: ele se recomandă a fi folosite, chiar și prin alăturare, când o piatră mai comună, cum este cuarțul roz, nu produce rezultatele așteptate.

51. Chung-Thung Shi – Chris Evans, *Dizionario del Feng-Shui*, Torino, Edizioni Amrita, 2000, pag. 102.
52. Griziotti, Basevi, op.cit, pag. 106.

Labrador

Silicat de sodiu, calciu și aluminiu

Duritate: 6 – 61

Culoare: verde dominant, cu efecte iridiscante cu tendințe de azuriu, albastru și galben

Chakra: a treia, a patra și a cincea

Descoperit în 1770 în peninsula Labrador, piatra cu același nume, în relație cu culoarea ce apare prin mijlocirea efectului de iridiscență poate fi utilizat atât pe chakra a treia și a patra (iridiscență galbenă), cât și a cincea (iridiscență azurie-albastră). Caracteristica sa este de a servi drept antidot împotriva nălucilor: este, de fapt, o piatră ce are mult de a face cu ideea de estetică, de aparență, de exterioritate, de frumusețe. Recomandată pentru cei care au probleme cu acceptarea propriului aspect fizic, pentru cei care nu se plac și doresc să-și sporească propria fascinație; recomandată, de asemenea, și celor care trăiesc numai în superficialitatea unor idealuri estetice, celor care caută frumusețea cu orice preț cheltuind energie în îngrijirea aspectului exterior, deseori fără a se preocupa de evoluția spirituală.

Lapislazuli (Lazurit)

Tectosilicat de sodiu și calciu: conține aluminiu și anioni străini (sulf, clor, radicali sulfurici). Este considerat de unii nu o specie minerală în sine, ci o varietate de haüyna cu un procent înalt de sulf.[53]

Duritate: 51

Culoare: albastru cu pete albe (incluziuni de calcit) sau aurii (incluziuni de pirită)

Chakra: a cincea

Numită și „lazurit", lapislazuli este una din pietrele standard pentru lucrul pe chakra gâtului. Este și o piatră spirituală prin excelență, cunoscută de egiptenii antici care o foloseau foarte frecvent pentru ritualuri, asemuind-o cerului înstelat. Din acest motiv, luând în considerare asemănarea cu cerul nocturn plin de stele, lapislazuli este eficace în teama de întuneric. Fiind dotat cu prevalență cu energie yang, el acționează contra timidității, a tendinței de izolare și introversiune; este definit ca

53. Cfr. *Enciclopedia Italiana delle Scienze*, op.cit., alla nota 4, pag. 295.

„piatra înțelepciunii, a adevărului, a integrității și a iluminării."[54]

Dezvoltă o acțiune calmantă împotriva irascibilității, a hipertensiunii, neliniștii, susceptibilității, dar în același timp stimulează puterea voinței, aduce spiritualitate, înțelepciune, onestitate, autocontrol și disciplină interioară. Este utilă în laringite, inflamații ale gâtului și ale corzilor vocale, ca și în cazul stresului care a produs blocări la organele controlate de a cincea chakra. Se poate folosi și pentru reducerea febrei.

Varietatea de culoare albastru închis cu tendințe de indigo se poate folosi la a șasea chakra pentru a favoriza cunoașterea de sine. Două pietre de lapislazuli puse pe ochi, în timpul unei ședințe de relaxare, ajută la combaterea oboselii și a tulburărilor inflamatorii ce pot afecta aceste organe. O altă caracteristică a acestei pietre este că favorizează contactul cu spiritele-ghid (ghizi spirituali) și facilitează receptarea mesajelor spirituale ce provin din planuri mai elevate decât al nostru.

Lemn pietrificat

Bioxid de siliciu

Duritate: 51 – 61

Culoare: diverse culori

Chakra: după culoarea dominantă

Lemnul pietrificat, la origine format prin acțiunea silicei care în soluție apoasă a substituit moleculele lemnului originar, provine în majoritate din Statele Unite, în mod concret din Pădurea Pietrificată din Arizona. În tonalitatea maro-brună se folosește de obicei pe ultima chakra; piatra de culoare gălbuie pe a treia, iar cea cu nuanță rozalie pe a patra chakra. Întrebuințarea sa prevalentă în planul fizic privește arterioscleroza și tulburările de îmbătrânire: este considerată piatra longevității. Stimulează regenerarea țesuturilor, stăvilește degenerarea organelor din motive de vârstă. Pe plan mental, lemnul pietrificat este întrebuințat în rezolvarea situațiilor „fosilizate" și pentru care se găsesc cu greu modalități de a le urni din loc. Mai ajută și la adaptarea la schimbări, dezvoltând un efect stabilizator. Este folosit și pentru întoarcerile în viețile anterioare.

54. Griziotti Basevi, op.cit., pag. 107.

Lepidolit

Filosilicat fluorifer de potasiu, litiu și aluminiu
Duritate: 21 – 3
Culoare: roșu-nalbă, violet deschis
Chakra: a patra, a șasea, a șaptea

Este un bun antidepresiv, în măsură să favorizeze adormirea și să influențeze pozitiv sistemul nervos: în acest sens, poate fi pus sub pernă pentru a obține un somn de refacere. Stimulează și spiritualitatea, aduce energie și vitalitate, îl determină pe individ să descopere zilnic înăuntrul său noi impulsuri și noi motivații: este piatra potrivită contra apatiei, putând fi însoțită de remediul floral al lui Bach, Wild Rose. Lepidolitul îndrumă spre găsirea căii juste pentru a ieși din situații dificile; pe plan fizic, dezvoltă acțiune dezintoxicantă și acționează împotriva tulburărilor articulațiilor. Recomandată în dureri sciatice.

Magnetită

Oxid de fier
Duritate: 51 – 61
Culoare: negru opac, uneori cu nuanțe albăstrui; strălucire metalică
Chakra: prima, dar și altele

Mineral puternic magnetic, deviază acul busolei și atrage pilitura de fier. Nu toate exemplarele de magnetită se comportă ca un magnet: sunt frecvente pietrele ce pot fi atrase, dar nu atrag. Magnetitele care acționează ca magneți devin magneți permanenți.

Prerogativele magnetitei sunt întrebuințate în multe domenii. Prin facultatea sa de a atrage, este piatra ideală pentru cei ce caută de lucru și doresc să-și atragă cele mai bune situații; în sfera relațiilor de cuplu, el contribuie la menținerea unității partenerilor: în acest sens, un octaedru de magnetită poate fi pus sub saltea, cu vârfurile îndreptate în direcția celor două persoane ce formează cuplul, sau câte un exemplar va fi purtat cu sine de fiecare dintre ele pe timpul zilei. Este utilă și pentru a aduce pacea între subiecți ce s-au certat sau care s-au îndepărtat. În meditațiile ce urmăresc să atragă situații și experiențe de diferite tipuri, magnetita constituie un aliat valabil. Ea mărește stima față de sine și ne aliniază la forțele Terrei; pe

plan fizic acționează asupra sângelui, alină durerile articulare, lombagiale, sciatica, torticolis, cârceii musculari. Este foarte bună practica de a masa punctele dureroase cu o magnetită „cernută".

Malahit

Carbonat bazic de cupru
Duritate: 4
Culoare: verde, verde închis cu striații
Chakra: a patra

Piatră ce-și pierde cu ușurință strălucirea prin efectul transpirației, cosmeticelor și al altora similare, este cunoscută pentru efectul său marcant de „absorbant": așadar, este util în durerile de orice fel, umflături, inflamații și nevralgii de natură diversă. În acest sens, poate fi poziționat pe oricare parte a corpului lovită de durere. Cea mai bună poziționare a sa în cadrul ședinței de cristaloterapie este pe chakra inimii, unii terapeuți folosesc malahitul și pentru a treia chakra pentru a investiga și a face să iasă emoțiile refulate[55], sau pentru a desface tensiunile și a ușura respirația deblocând diafragma.[56]

Fiind piatră de tip yin, malahitul coboară în adâncuri, aducând la suprafață blocările prezente la nivelul inconștientului; pe corpul fizic acționează întărind inima, prevenind infarctul și dezvoltând o acțiune benefică în cazul tahicardiei și al fragilității capilarelor. În plus, mai determină dragostea pentru natură, în special pentru plante: este recomandat să fie folosit de cei ce se ocupă de grădinărit, de culturi ect. Malahitul își mai găsește întrebuințare pentru absorbirea energiei degenerative care caracterizează tumorile: pentru aceasta, piatra trebuie purificată și regenerată cu grijă după fiecare întrebuințare (introducere în argilă ventilată timp de o zi, apoi îngropare încă o zi și activare).

Marcasit

Sulfură de fier
Duritate: 6
Culoare: galben auriu, strălucire metalică

55. Cfr. Raphaell, *Manuale di cristalloterapia*, op.cit., pag. 82.
56. Cfr. Giovine, op.cit, p. 115.

Chakra: a ţaptea

Marcasitul se foloseşte de obicei la a şaptea chakra pentru purificarea aurei, întrucât o astfel de piatră emite o rază de culoare aurie care, împreună cu razele violete (exemplu: cuarţ ametist) şi albe (exemplu: cuarţul transparent), are facultatea de a curăţa şi proteja. Este util pentru migrenele şi cefaleele de natură diversă: aduce entuziasm, măreşte conştiinţa spirituală şi provoacă înclinaţii mai evidente spre extrovertire. Este recomandabil să se combine cu remediul floral al lui Bach, Mimulus, spre a crea o protecţie mai mare pentru temerile de origine cunoscută şi promovarea capacităţii de a înfrunta situaţiile din viaţă.

Moldavit

Tectit (substanţă sticloasă cu înalt conţinut de silice)
Duritate: 51
Culoare: verde-oliv închis
Chakra: a patra şi a şasea

Moldavitul constituie o varietate de tectit tipică a Moldovei şi este folosită ca gemă sau pentru obiecte ornamentale. Substanţă sticloasă necunoscută tradiţiei, moldavitul este încă în faza de studiu nu numai în cadrul cristaloterapiei, ci şi în mediile mineralogiei. Cât despre experimentările actuale, se pare că moldavitul acţionează ca un „accelerator de schimbare, care se uneşte pe parcursul evoluţiei."[57]

Întrucât încă nu este clar dacă moldavitul este în realitate un tip de meteorit, unii autori, reţinând că provine din spaţiu, îi atribuie facultatea de a favoriza contactul cu „subiecţi extratereştri şi interdimensionali"[58], în timp ce alţii îl citează ca piatră capabilă să „mărească capacităţile mnemonice".[59] Pornind de la astfel de prerogative, moldavitul acţionează îndeobşte aducând vibraţiile sale de frecvenţă înaltă, vârtejului cardiac, care va fi astfel stimulat să trezească capacităţile de autovindecare ale organismului. Poate fi folosit pe a şasea chakra pentru obţinerea unor imagini şi viziuni care traversează conştiinţa individuală.

57. Balladori, op.cit., p. 151.

58. Giuseppe Zanella, I cristali. *La riscoperta dei fratelli di luce*, Pogliano Milanese (Mi), Atlantide Edizioni, 1993, p. 48.

59. Maria Rosaria Omaggio, *L'energia trasparente. Curarsi con cristalli, pietre preziosi e metalli*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1990, p. 67.

Ochi de bou

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: maro roşiatic; efect iridiscent
Chakra: prima, a treia

Această varietate de cuarţ, uneori numită „ochi de taur", este potrivită celor care, având multe treburi de rezolvat şi obligaţii de îndeplinit, resimt cu uşurinţă oboseala şi stresul, datorate repetării, monotoniei unui stil de viaţă cotidian. Totuşi, este piatra ideală pentru „casnicele ce se simt golite şi au pierdut contactul cu frumuseţea naturii şi a bucuriilor sănătoase ale vieţii întrucât trăiesc în funcţie de treburile şi obligaţiile pe care le au de îndeplinit"; este recomandat şi pentru „a redescoperi obiceiuri uitate"; folosit în meditaţie „poate revela secretele unor măiestrii (priceperi) vechi, uitate cu timpul."[60] În afară de femeile casnice, această piatră poate fi de ajutor şi managerilor stresaţi, celor ce se înverşunează în muncă şi sunt caracterizaţi printr-un excesiv simţ al datoriei: împreună cu cuarţul galben-citrin (chitra), ea este benefică în starea sufletească negativă „Oak", conform floriterapiei lui Bach.

Ochi de şoim

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: indigo, efect iridiscent
Chakra: a şasea

Ochiul de şoim este una din pietrele tradiţionale de acţiune asupra celei de a şasea chakra: este uşor de găsit şi destul de ieftin, el emite o radiaţie cromatică indigo ce potenţează introspecţia şi face ca individul să se examineze cu o bună doză de autocritică, pentru a conştientiza părţile obscure care îl însoţesc. Este o piatră ce nu prea are efecte subtile, întrucât aduce viziunea aspectelor celor mai grosolane ale personalităţii, care, atunci când sunt ignorate, vor conduce la surse de conflicte; este aşadar adecvată persoanelor care au o redusă familiarizare cu autoanaliza şi autocunoaşterea şi care continuă să nu conştientizeze pornirile mai uşor de identificat. Încetineşte rigiditatea mentală şi ne împinge să vedem situaţii şi comporta-

60. Caldirola, op.cit., p.139.

mente de obișnuință, deja cristalizate, pe care preferăm să nu le vedem. Folosit în același timp pe prima și a șasea chakra, contribuie la „desfacerea" acelor comportamente înrădăcinate pe care ar fi optim să le schimbăm, dar de care este greu să ne dăm seama. Ochiul de șoim are de obicei o întrebuințare de tip generic pe plexul frontal: pentru o acțiune mai profundă, se va recurge la pietre cu o vibrație mai ridicată, ca, spre exemplu, azuritul și safirul.

La nivel fizic este benefic în tulburările ochilor, de la simpla oboseală până la tulburările mai deosebite ca: conjunctivite, glaucom și cataractă.

Ochi de pisică

Bioxid de siliciu

Duritate: 7

Culoare: gri-bej sau gri-verzui, uneori cu reflexe galbene-aurii; efecte iridiscente

Chakra: a doua, a șasea

A nu se confunda ochiul de pisică „cuarț" cu ochiul de pisică „crisoberil": primul are un cost sensibil inferior celui de al doilea și este cel pe care îl tratăm aici. Ochiul de pisică crisoberil se folosește ca gemă de valoare; provine în principal din Brazilia, din Madagascar și din Sri Lanka; varietatea de culoare verde-oliv este, la fel ca și ochiul de pisică cuarț și prezintă efect iridiscent cunoscut „cu reflexe" (care-și schimbă culoarea).

Ochiul de pisică interesant pentru noi este un tip de cuarț ce se activează la lumina lunii: el este utilizat în principal pe a doua și a șasea chakra. Pe a doua declanșează soluționarea problemelor conexe cu acest vârtej energetic printr-o conștientizare, o viziune clară a acestei probleme; pe a șasea chakra, stimulează funcția intuitivă și introspectivă, ajutând „să întrevedem potențialul pozitiv al „zonei de umbră".[61] Stimulează și clarviziunea, fiind util pentru a potența vederea noaptea și în locurile scufundate în obscuritate.

Pentru Manuela Caldirola, piatra are particularitatea de a face posibil contactul telepatic cu animalele[62]: o idee sugestivă, fără altceva de experimentat.

61. Balladori, op.cit., p. 153

62. Cfr. Caldirola, op.cit., p. 137.

Ochi de tigru

Bioxid de siliciu

Duritate: 7

Culoare: galben auriu cu striații maronii; efect iridiscent

Chakra: a treia

Una din pietrele cel mai mult întrebuințate pentru al treilea vârtej energetic, ochiul de tigru emană o energie de tip yang în măsură să potențeze tăria voinței, să producă curaj și hotărâre, să sporească autoaprecierea și încrederea în sine însuși. Așadar, este utilă pentru toate acele probleme cauzate de incapacitatea de a gestiona puterea personală, cum sunt unele tipuri de anxietate și fobii care generează blocări și senzații de oprimare la nivelul plexului solar. Mai este recomandat persoanelor arogante, bănuitoare, despotice, excesiv de autoritare care, în spatele măștii de siguranță de sine aparentă, suferă, totuși, de dezechilibrare în gestionarea puterii personale. Ochiul de tigru ne mai vine în ajutor când trebuie să facem o alegere importantă și suntem nesiguri în privința mai multor posibilități; în domeniul locului de muncă, conduce la o perspectivă justă contrastele cu colegii și superiorii. Pe plan fizic desfășoară acțiune de reechilibrare asupra pancreasului, aparatului digestiv și colonului.

Onix

Bioxid de siliciu

Duritate: 61 – 7

Culoare: alb, alb cu striații portocalii, alb-negru și negru

Onixul alb-negru

Chakra: a șasea pentru meditație; alte vârtejuri pentru scopuri diferite

Onixul cu „împestrițări" albe și negre este considerat o piatră „androgenă", care exprimă valențe yin în echilibru cu valențe yang; își găsește, așadar, întrebuințarea pentru armonizarea componentelor masculine și feminine. Poate fi de folos pentru înțelegerea greșelilor ce se află la baza unei rupturi sentimentale sau a unei certe. Este util și pentru meditații asupra cuplurilor antitetice, ca binele și răul, lumină și tenebre, adevăr și minciună, bucurie și durere: în astfel de cazuri ne face mai tari în acceptarea dualismului care caracterizează realitatea noastră.

Onixul alb

Chakra: toate

Este adecvat pentru combaterea exceselor și congestionărilor de energie în toate chakrele. Un tratament numai cu onix alb este ideal pentru aceia la care este prezent un surplus generalizat de energie: subiecți isterici, agitați, mereu în mișcare, care obosesc prin relaxare. Pentru aceștia, înainte de a interveni cu pietre „calmante" adecvate cazului specific, o ședință cu onix alb va elimina congestionările echilibrând chakrele. Un elixir dintr-o astfel de piatră, aplicat pur și simplu pe piele câteva zile, este și el recomandat, substituind floarea lui Bach corespuntătoare chakrei respective pentru a acționa asupra excesului de energie. Printre remediile florale adecvate pentru reechilibrarea unei chakra congestionate de excesul de energie, avem: Impatiens, Vervain și californienele Calendula, Snap dragon (chakra 5), Chamomile, Dandelion, Dill, Lavender.

Onix alb cu striații portocalii

Chakra: a doua

Numit „onix cornalină", acțiunea sa se referă cu precădere la întărirea organelor aflate sub controlul plexului sacral: acționează îndeosebi echilibrând energiile yin în exces.

Onix negru

Chakra: prima

Piatră ce face să ne simțim ancorați la Terra, este în măsură să reducă stresul potențând autocontrolul și făcându-ne mai puțin influențabili. Onixul negru îndepărtează frica de necunoscut, dezvoltă acțiune asigurătoare, împrăștie teama de întuneric. Numele provine de la grecescul „onyx", cu sensul „unghie", deoarece una din varietăți are aspectul de unghie de om: pe lângă faptul că întărește unghiile și părul, se dovedește benefic pentru ameliorarea auzului și, în general, în toate afecțiunile urechilor, spre exemplu otitele. Se pare că în alăturare cu turmalina neagră este de luat în considerare în tratarea tumorilor la creier.[63]

Opal

Bioxid de siliciu hidrat coloidal

Duritate: 51 – 61

63. Cfr. Reto Vital, Pietre di luce. Guida pratico alla cristalloterapia, Milano, Xenia, 1995, pag. 189-199; cfr. Și Caldirola, op.cit. pag. 140.

Culoare: diverse culori; caracteristic efectul iridiscent

Numele acestei pietre derivă probabil din sanscritul „upala", care înseamnă „piatră prețioasă". Opalul conține apă și, ca atare, trebuie ținut periodic într-o baie de apă de izvor sau într-o apă minerală bună pentru a evita pierderea proprietăților sale și a efectului iridiscent. Poate fi activat la strălucirea luminii solare, dar luna îi conferă o notă în plus; de altfel, se obțin rezultate importante prin folosirea opalelor în cada de baie (a se vedea capitolul despre apele energizate).

În general, opalul este o piatră ce aduce veselie, bucurie și lipsă de griji; ne împinge să căutăm spontaneitatea, dorința de distracție și de petrecere cu alții. La anumite varietăți ca opalele nobile, efectul iridiscent (numit „arlechinărie") asigură prezența tuturor celor șapte culori ale spectrului curcubeului: astfel de exemplare pot fi puse pe chakre, găsindu-și întrebuințare pentru stimularea capacităților creatoare ale artiștilor. În acest context se regăsește și acțiunea de creștere a sensibilității poetice și muzicale.

Opalul alb

Chakra: a doua, a șaptea

Dezvoltă dorința de candoare și puritate. Se recomandă în meditațiile asupra unor treburi puțin clare, încurcate, caracterizate de o componentă „tulbure": în acest caz piatra se va folosi pe a șasea chakra. Pe al doilea plex, pentru subiecți care consideră activitatea sexuală murdară, nedemnă și le este rușine de ea, ori, dimpotrivă, pentru acele persoane care recurg de bună voie la promiscuitate și la depravare sexuală.

Opalul de foc

Chakra: prima, a doua

Specific pentru primele două chakre, opalul de foc, de culoare roșu-portocaliu, acționează prin amplificarea vibrațiilor emotive ce se pot asocia atât cu elementul Apă, cât și cu elementul Foc: ca atare este aducător de sensibilitate dar și de impulsivitate. De fapt, el trezește focul ascuns, înflăcărând emoțiile și determinându-l pe individ să îndrăznească. Trebuie, așadar, să fie folosit cu o oarecare atenție pentru a evita amplificarea acestor caracteristici, mai ales în cazul unui subiect problematic în aceste domenii, deoarece îi face „explozivi" și poate produce o exprimare neprevăzută și necontrolată a emo-

țiilor acumulate[64]. Are un efect specific asupra stomacului și sistemului digestiv; pus pe prima și a doua chakra, stimulează aparatul genital și glandele suprarenale.

Opalul nobil

Chakra: a cincea, după culoare

Este varietatea cea mai prețuită, folosită în giuvaergerie. Întrucât, de obicei, nuanța dominantă este de la azuriu palid la azuriu intens, această piatră se referă la vârtejul laringelui. Ne-am referit mai sus la caracteristicile sale; se poate adăuga că, pentru a cincea chakra, opalul nobil ajută la exprimarea verbală a senzațiilor de veselie și ușurință, ameliorând capacitatea de a zâmbi și a râde. Opalul nobil se va dovedi util și când ne aflăm în prezența unor pulsiuni sufocate (înăbușite) cu referire la elementul Apă și la sfera comunicării, precum și pentru adultul care transpune în viață reprimarea propriei „feciorii interioare".

Obsidian

Bioxid de siliciu; sticlă de origine vulcanică, formată prin răcirea lavei.

Duritate: 5

Culoare: negru, negru cu pete gri la varietatea „fulg de nea"

Obsidianul negru

Chakra: prima; și celelalte, după caz

Piatră de înrădăcinare, obsidianului negru îi sunt în mod tradițional atribuite facultăți care trec de o simplă reechilibrare a chakrei de bază. Într-adevăr, ea favorizează călătoria în inconștient, când, la meditație, este folosit pe a șasea chakra: este bine, totuși, să ne servim de ea cu grijă și atenție, deoarece dezvoltă o puternică acțiune de investigare. Pentru un efect mai delicat se va recurge la varietatea „fulg de nea". Atunci când trebuie eliberate energiile negative care înfundă o chakra sau o altă zonă a corpului, se va folosi obsidianul așezându-l pe punctul respectiv și înconjurându-l cu cel puțin patru cuarțuri transparente cu vârfuri pentru a favoriza scurgerea vibrațiilor spre exterior. După întrebuințare, obsidianul trebuie să fie purificat cu grijă, deoarece, o dată absorbite vibrațiile negative, această piatră le eliberează încet și constant. Obsidianul negru,

64. Gienger, op.cit., p. 340.

ca și turmalina neagră și turcoaza, este o piatră de protecție contra entităților negative de origine exterioară, dotate cu voință proprie, care tind să se agațe de aura persoanelor slabe pentru a se hrăni din energia lor. Într-o asemenea eventualitate, pe lângă obsidianul negru pot fi folosite și remediile florale californiene Black Cohosh și Garlic. Pe plan fizic i se atribuie facultatea de a trata zona intestinală, îndeosebi în prezența virușilor și bacteriilor și în cazul alterării florei simbionte. Stimulează și circulația sângelui.

Obsidianul „fulg de nea"

Chakra: prima

Această varietate contribuie la terapia tulburărilor oaselor, ca decalcificare și scolioză și își găsește întrebuințare în durerile articulare. Ca și obsidianul negru, se dovedește benefică pentru circulație: ținută în mână și așezată în proximitatea picioarelor este de folos pentru a alina problemele mâinilor și picioarelor reci. Pe plan fizic, obsidianul „fulg de nea" menține proprietățile obsidianului negru, dar acțiunea investigatoare pe care o exercită este mai ușoară și permite să se opereze cu mai mare dezinvoltură.

Paezin (ital.)

Marnă (amestec de minerale diferite) (rom.)

Duritate: 5-6

Culoare: diferite tonalități de maro, bej, ocru, gri, uneori cu urme de negru

Chakra: a patra, a cincea, a șasea, a șaptea

Paezinul este de obicei cioplit în plăci și lustruit, pentru a pune în relief desenele care-l caracterizează și de la care piatra își ia numele. Aceste desene, cauzate de agenții atmosferici, amintesc un peisaj, sau profilul unui oraș care se reliefează la orizont: este deci piatra cea mai adecvată pentru a lucra asupra situațiilor, amintirilor și sentimentelor legate de țări îndepărtate, de alte orașe și culturi diferite față de cea în care s-a născut persoana care constituie obiectul tratamentului. Se va folosi când vrem să începem cunoașterea unei culturi străine, sau integrarea cu ea; când studiem limba și obiceiurile unui popor, când întreținem relații de orice fel cu străini, sau în cazul în care încercăm nostalgie pentru un oraș, pentru un loc

în care am locuit. Toate problemele referitoare la alte țări și situații neindigene, trimit la această piatră; într-o astfel de optică, ea este avută în vedere ca una din pietrele principale pentru ședințele de trecere în viețile anterioare, la fel ca și distenul (pentru a ne da seama de vizualizare) și lemnul pietrificat (blocări ale karmei ce trebuie desfăcută).

În funcție de efectele pe care vrem să le obținem, vom așeza piatra pe chakra inimii (componenta afectivă și sentimentală pentru un loc mai îndepărtat), pe a cincea (pentru învățarea unei limbi străine) și pe a șaptea (lucru pe karma), chiar dacă vârtejul de alegere a pietrei este al șaselea (implicații mentale pe care le comportă relația cu altă cultură). Deși forma comună este placa lustruită cu dimensiuni diferite, uneori se găsesc în comerț și exemplare „cernute".

Peridot

Silicat de magneziu și fier
Duritate: 61
Culoare: galben-verzui, verde oliv
Chakra: a patra

Peridotul se mai numaște și „crisolit"; când are caracteristici de gemă se numește „olivin", din cauza culorii sale. În cristaloterapie acționează contra fobiilor și fixațiilor de diferite tipuri și intră în terapiile îndreptate spre rezolvarea simțului vinovăției: incită, într-adevăr, la iertarea de sine și împăcarea cu greșelile comise. Deși chakra privilegiată este cea cardiacă, după cum amintește Raphaell, el se pune și pe plexul solar pentru reechilibrarea defazărilor de origine emoțională: „Legat de cantitatea de galben ce-l conține, peridotul poate acționa direct pe zona plexului solar și a ombilicului, care este sub controlul energiilor galben-verzui. Peridotul reprezintă un plan terestru verde care stimulează procesul curativ în interiorul corpului fizic. Punând peridotul deasupra plexului solar, tensiunea nervoasă poate fi convertită în relaxare și abandon."[65]

Exemplarele în care prevalează tonalitatea verde închis sunt utile pentru tratarea vezicii biliare. Împreună cu aventurinul și spinelul este piatra aleasă pentru tratarea pielii și a patologiilor acesteia, ca: acnee, eczeme, psoriazis, erupții alergice cu sau

65. Raphaell, Cristalli, op.cit., p.157.

fără prurit: se recomandă în astfel de cazuri să se prepare un elixir ce se ia pe cale orală și se aplică pe părțile lovite.

Pietersit

Bioxid de siliciu
Duritate: 7
Culoare: indigo sau azuriu întunecat, uneori cu striații maro-roșiatice; efect iridiscent
Chakra: a șasea

Regăsit recent în deșertul Namibiei, își datorează numele descoperitorului său, Sid Pieters. Este un cuarț înrudit cu ochiul de șoim și cu ochiul de tigru, la care striațiile caracteristice de culoare indigo sau azuriu întunecat se datorează prezenței fibrelor de crocidolit.

Fiind o piatră a Erei Noi, nimic nu ne întoarce la tradiție. Experimentările au pus în lumină facultatea acestei pietre de a pune ordine în momentele de schimbare de orice tip. În fazele de alterare a stilului de viață propriu sau în perioadele de tranziție, trăite fie pe plan fizic (spre exemplu pubertatea, menopauza), fie pe planul relațiilor sociale (de exemplu schimbarea locului de muncă, întreruperea relațiilor interpersonale), această piatră conduce la eliberarea de condiționări și de ingerințele din partea terților. Ajută la desfacerea conflictelor interioare și promovează armonizarea stărilor sufletești negative legate de schimbările în curs de desfășurare, indicând o detașare de evenimente astfel încât acestea să fie integrate în liniște: promovând pacea interioară, pietersitul ne face în măsură să asimilăm cu mintea clară noile experiențe și noile faze ale vieții. Împreună cu calcitul alb, constituie o integrare valabilă a remediului floral al lui Bach, „Walnut".

La nivel fizic, se pare că pietersitul acționează asupra răcelii, reducând secreția nazală.

Piatra Lunii

Silicat de potasiu și aluminiu
Duritate: 6 – 61
Culoare: alb lăptos cu reflexe sidefii
Chakra: toate, îndeosebi a doua

Cunoscută și ca „adularia", este o piatră tipică yin și ca atare trebuie să fie activată la lumina lunii. Este recomandată pentru

potențarea energiilor feminine și pentru tulburările aparatului genital feminin. Piatră a „Mamei celei Mari", ea se folosește în situații de frigiditate, sterilitate feminină, precum și pentru protecția stărilor de graviditate și favorizarea alăptării. Regularizează ciclul menstrual și stimulează circulația limfatică. Adecvată temperamentelor capricioase, ea poate fi folosită în meditație pe a șasea chakra pentru promovarea sensibilității, a intuiției și clarviziunii. Recomandată bărbaților sau femeilor care au conflicte cu propria mamă: în cazul acțiunii emoționale îndreptată spre rezolvarea problemelor referitoare la mamă, este obligatorie luarea în considerație a acestei pietre. Piatra Lunii ne face receptivi, potențează energiile feminine, favorizează pacea interioară și dezvoltă tandrețea și compasiunea. Pentru ambele sexe, ea se va folosi în cazul unei sensibilități scăzute, a lipsei de blândețe, a temperamentului arogant și a refuzului propriei componente feminine.

Piatra Soarelui

Silicat de sodiu, calciu și aluminiu
Duritate: 6 – 61
Culoare: portocaliu-brun strălucitor
Chakra: a doua, a treia

Este o piatră folosită în terapie pentru favorizarea aportului de energie yang. Acționează ca antidepresiv, reglând optimismul și împingându-l pe individ să fie mai solar: în consecință, se folosește pentru dizolvarea norilor negri ai melancoliei, pentru „a picura" bucuria de a trăi, căldură, încrederea în sine. Piatra Soarelui ne stimulează să ne asumăm o atitudine pozitivă și în confruntările cu problemele care ne copleșesc; calmând tristețile, ne face să recuperăm voința de acțiune pentru a ne atinge țintele pe care ni le-am fixat: este adecvată ca adjuvant al remediului floral al lui Bach, „Mustard".

Pirita

Sulfură de fier
Duritate: 6 – 61
Culoare: galben-auriu, strălucire metalică
Chakra: a treia

Pirita prezintă o asemănare importantă cu aurul, încât în trecut era numită „aurul proștilor" (fool's gold în zonele de limbă engleză): din acest motiv, ea are o importanță deosebită când vrem să-i ajutăm pe cei care au probleme cu banii, fie că e vorba de zgârcenie, fie de cheltuieli excesive. În același mod, va fi piatra ce va fi folosită când se lucrează asupra persoanelor prea implicate în muncă, prea devotate avantajelor economice, dar o vom lua în considerare și în cazul subiecților care au o familiarizare scăzută cu banii și, în general, cu finanțele și care sfârșesc prin a fi plătiți mai puțin și frustrați în mediul lor profesional. Pirita, al cărui nume urcă la grecescul pyr, „foc", dacă este lovită cu un obiect metalic descarcă scântei: simbolic, această caracteristică este interpretată ca facultatea de a aduce căldură, de a încălzi persoanele reci.

Realgar

Sulfură de arsen
Duritate. 11 – 2
Culoare: roșu viu
Chakra: prima

Realgarul, în virtutea conținutului ridicat de arsen (de până la 70%), se alterează cu ușurință în aer și la lumină, fiind și o piatră toxică, fapt pentru care se utilizează numai în exterior, pusă pe prima chakra, pe îmbrăcăminte, fără contact cu pielea. Procesul de descompunere este cu precădere vizibil, întrucât, după câtva timp, mineralul își pierde culoarea și rămâne sub formă de pulbere, transformându-se în arsenic. Realgarul trebuie păstrat la întuneric, într-o cutie separată de celelalte pietre și este bine să se respecte regula de a nu-l mânui îndelung fără a ne spăla pe mâini.

Aceste caracteristici specifice îl fac, totuși, o piatră foarte interesantă, în general neglijată de manualele de cristaloterapie, dar căreia îi revine un rol particular în ședințele terapeutice. Sofia Sienko o recomandă drept „piatra plăcerilor cărnii": „culoarea roșie și reticulul cristalin ne îndrumă spre chakrele inferioare și ceva ne sugerează că realgarul are multe corelări cu plăcerile cărnii. [...] Și tocmai această funcție este proprie realgarului: aduce la lumină ceea ce corpul fizic percepe ca supărător, plictisitor, din lipsă de activitate sexuală."[66] Având

66. Sofia Sienko, *Il grande libro delle pietre. Le gemme piu comuni e preziose, le loro proprieta curative e le loro virtu magiche*, Milano, Armenia, 1997, p. 246.

probleme sexuale, nu prea intense, va fi suficient să recurgem la rubin, la granat și la aragonitul portocaliu; în schimb, dacă persoana manifestă o dorință imperioasă și urgentă de activitate sexuală, va fi oportun să avem în vedere realgarul: el va acționa prin reechilibrarea exceselor, chiar și în situația unui subiect frustrat în legătură cu sexualitatea. Realgarul mai are proprietatea de a favoriza absorbirea energiei roșii, adică a primei chakra și de a o canaliza în acele zone ale corpului unde există carențe de astfel de energie: în acest sens, se va folosi împreună cu rubinul, granatul și jaspul roșu.

Rodocrozit

Carbonat de mangan
Duritate. 31 – 41
Culoare: roșu cu striații albe
Chakra: a patra

Caracterizat prin vibrații de tip yang, rodocrozitul este „o piatră veselă și stimulantă, în măsură să concilieze pasiunea arzătoare cu dragostea curată"; el favorizează elanul pasionat, eliberând toate nehotărârile și răcelile."[67] Rodocrozitul, aducând dinamism și spontaneitate, ajută persoanele timide să iasă din izolare, stimulându-le capacitatea de a se întoarce la relațiile interpersonale. Este de folos și pentru dezvoltarea potențialului creator, fiind avut în vedere de artiști și de cei ce desfășoară activități care cer inspirație și inventivitate. Întrucât promovează dragostea dezinteresată și creativitatea în domeniul amoros, această piatră intră în tratamentul tulburărilor referitoare la incapacitatea de a iubi. Este recomandată pentru persoane slabe ce tind să devină dominante, să facă „sclavi" personalitățile puternice. În corpul fizic acționează asupra migrenelor și a elasticității capilarelor.

Rodonit

Silicat de mangan
Duritate: 6
Culoare: roz cu dungi negre
Chakra: a patra

67. Sw. Anadi, Cristalli. *Il Potere della Luce*, Peschiera del Garda (VR), Edizioni del Cigno, 1999, p. 146.

Ca și heliotropul, rodonitul, în virtutea dungilor negre pe fond roz, pune în relație prima chakra cu a patra. Este piatra optimă în cazul unei persoane ce a făcut obiectul unei violențe sexuale, sau, mai general, a unei violențe ce i-a copleșit sfera sentimentelor și afectelor: rodonitul domolește traumele provocate de agresiuni și palme afective. Este asociat cu inconștientul, din care scoate situațiile nesoluționate legate de problemele inimii. Ajută persoanele ce au fost victime ale unor zguduiri emoționale să-și recupereze tonusul fizic și mental; este, așadar, util în crizele anxioase și în hiperemotivitate. Stimulează respectul și prețuirea de sine, inspirând încredere în propriile posibilități. În litoterapia franceză, rodonitul este sedativ și antidepresiv, adecvat în situațiile de autoapreciere redusă și neîncredere în sine[68]: aceste proprietăți sunt apropiate de cele ce i se atribuie în cristaloterapie.

Rubin

Oxid de aluminiu
Duritate: 9
Culoare. Roșu
Chakra: prima

Rubinul, ca și safirul, aparține familiei corindonului. Întrucât este foarte scump, se folosesc așa-zisele „rădăcini de rubin", adică pietre netransparente care totuși mențin culoarea roșie caracteristică. La prețuri convenabile se găsesc rădăcini de rubin de proveniență din India. Să nu se confunde rubinul cu spinelul roșu: aceste geme se aseamănă atât de mult încât este ușor a fi schimbate între ele. Rubinul conferă forță și dinamism, sporește pasiunea, întărește uniunile sentimentale și frânează tendințele spre infidelitate (recomandabilă alăturarea cu granatul). Fiind în legătură cu sângele, acționează în tulburările de circulație, în anemie, în leucemie, în alterările ciclului menstrual. Ca gemă din inelul de cardinal, rubinul reprezintă puterea terestră ridicată la dimensiunea de spiritualitate și de dragoste pentru alții; este indicat pentru ridicarea energiei Kundalini spre chakra inimii, astfel transformând instinctele sexuale cele mai josnice și materiale în dragoste superioară.

68. cfr. Brigo, op.cit., nota 1, p. 24.

Smarald

Silicat de beriliu și aluminiu
Duritate: 71
Culoare: variabilă, de la verde deschis la verde smarald, sau la verde închis
Chakra: a patra

Și în cazul smaraldului, dat fiind prețul său ridicat, când are calitatea de gemă, se recurge la rădăcini, smaralde netransparente și, deci, mai economicoase. Este o piatră care de obicei nu intră în trusa cu echipamentul standard al cristalelor folosite pentru tratarea celei de a patra chakra, dar care are, totuși, o importanță notabilă pentru a antrena gânduri de politețe, nobilitate, loialitate, educație, respect, blândețe: este piatra dragostei politicoase, a opticii cavalerești, a idealurilor celor mai elevate și altruiste.

Smaraldul „exprimă simbolic esența magică, taumaturgică și de înțelepciune care este ascunsă în inima noastră și în cea a întregii creații"; valența sa exoterică este situată printre cele mai mari, întrucât „sunt conectate la el spiritele cele mai libere ale naturii, secretul lui Graal și al Alchimiei".[69] Mitul lui Graal relatează că acest potir în care Iosif din Arimateea a strâns sângele lui Hristos crucificat, ar fi fost sculptat în smaraldul desprins din coroana lui Lucifer, în momentul căderii acestuia în Infern. Prin aceste cuvinte, mitul lui Graal confirmă că binele și răul nu sunt altceva decât cele două aspecte opuse și complementare pe care este constituită realitatea existenței noastre.

Sodalit

Silicat de sodiu și aluminiu
Duritate: 51 – 6
Culoare: albastru cu striații albe

Adecvat pentru tratarea infecțiilor și inflamațiilor căilor respiratorii inferioare și superioare, sodalitul este cel mai bun în răceli, amigdalite, sinuzite și otite. Stimulează sistemul limfatic exercitând o acțiune de drenare a toxinelor și declanșând reechilibrarea lichidelor organice. Folosit la a cincea chakra, va produce ordine și coerență în exprimarea verbală, dând

69. Sw. Anadi, op.cit., p. 149.

posibilitatea să ne afirmăm convingerile proprii, menținându-ne fideli nouă înșine. Dacă este folosit pe al treilea ochi, va favoriza concentrarea și va aduce disciplina mentală, dezvoltând facultățile logice și raționale ale minții. Este adecvat subiecților hipersensibili, hiperemotivi, care nu sunt în măsură să gestioneze din plin energia proprie mentală și care, după ce au întreținut tensiuni la nivel interior pentru multă vreme, reacționează într-o manieră exagerată și imprevizibilă în prezența unor stimuli externi de entitate minimă.

Spinel

Oxid de aluminiu și magneziu
Duritate: 71 – 8
Culoare: culori diverse; în principal, se folosesc varietățile roșie și portocalie, verde și azurie
Chakra: în funcție de culoare

Spinelul de culoare roșie, numit și „nobil", în trecut era confundat cu rubinul prin asemănarea notabilă cu acesta: așa-zisul „Black Princess Ruby", care face parte din giuvaerurile coroanei britanice, nu este un rubin, ci un spinel.

Această gemă, care costă destul de mult, își găsește aplicațiile majore în tratarea patologiilor pielii: erupții, eczeme, psoriazis, micoze, dermatite alergice și de orice alt tip. Frecvența vibrațională a spinelului, mai ridicată decât cea a aventurinului verde (altă piatră bună pentru tratarea tulburărilor pielii), reprezintă un ajutor valabil pentru a acționa asupra cauzelor, atât fizice, cât și emotive ale problemelor pielii: cea mai mare eficacitate se va obține alăturând spinelul pietrelor active pe acele conflicte psihice specifice care apar în legătură cu patologia. În plus, rezultatele ședințelor de cristaloterapie vor fi ameliorate prin antrenarea elixirului de spinel, cu care se vor face și împachetări sau spălări pe zonele lovite.

Referitor la culorile în care se prezintă spinelul, vor trebui studiate asocierile cele mai probabile dintre tulburarea epitelială și componenta subtilă care conduce la una sau mai multe chakre, încât este de acționat cu precădere pe acele chakre, cu gemele care au tonalitatea adecvată.

Sugilit

Silicat complex de litiu, potasiu, sodiu și fier
Duritate: 7

Culoare: violet închis sau roșu purpuriu
Chakra: a șasea, a șaptea

Descoperită în Japonia în timpurile noastre (în jurul anilor 40') de către un cercetător japonez cu numele Sugi, asupra acestei pietre tradiția nu ne-a transmis nici o informație. Succesul său în mediile cristaloterapiei americane se datorează în parte Katrinei Raphaell, care l-a rebotezat „luvulit" (de la cuvântul englezesc „love" – „dragoste"), astfel că această piatră a devenit simbolul Noii Ere.

Celebrat în multe manuale pentru presupusele sale efecte în terapia SIDA, sugilitul este pe larg utilizat și pentru celelalte boli ale sistemului imunitar, precum și pentru bolile degenerative. Recomandat în epilepsie și în tulburările motorii, este indicat în acțiunea asupra dezechilibrelor în sistemul limfatic și pentru drenarea toxinelor recoltate în sânge și în organe: splină, ficat, glandele limfatice, zona inghinală, clavicule și sub brațe. Pus pe a șasea chakra, sugilitul „îi arată discipolului sincer pentru ce s-au creat dezechilibre de ordin fizic și care sunt restricțiile (avertizările) implicate în respectiva experiență".[70] Sugilitul favorizează înțelegerea mentală și spirituală a lumii fizice, fiind un aliat puternic în rugăciune și meditație.

Topaz

Fluorohidrosilicat de aluminiu
Duritate: 8
Culoare: diferite culori

Este necesară o anumită prudență când vrem să procurăm topaze, deoarece uneori se găsesc în comerț pietre ce nu sunt topaze naturale, chiar dacă sunt puse la vânzare ca atare: contrafacerea cea mai obișnuită este ametistul încălzit la temperaturi înalte pentru a-l face să se asemene cu topazul galben, sau se poate da peste topaze azurii care sunt de fapt topaze incolore iradiate cu raze gama pentru a obține nuanța azurie dorită. Topazul de orice culoare calmează temerile și neliniștile dând un sentiment de siguranță echilibrată, fără excese. Dar specificul său cel mai subtil este altul: considerat dintotdeauna un simbol al tinereții, el este utilizat pentru a acționa asupra structurii ADN în scopul întineririi celulelor, măririi vitalității

70. Raphaell, *Cristalli*, op.cit., p. 129.

corpului și revigorării minții. Vibrațiile topazului îl fac „extrem de specializat în capacitatea sa de a îndrepta energia de potențare spre sistemul imunitar al corpului".[71] În legătură cu acestă acțiune asupra celulelor, i se recunosc și efecte pozitive asupra pielii, încât poate fi folosit ca tonic antiriduri. În disciplinele care lucrează pe meridiane, ca shiatsu, masajul cu un cristal de topaz este de ajutor în stimularea fluxurilor de energie de-a lungul meridianelor.

Topaz portocaliu
Chakra: a doua

Potențează sensibilitatea și flexibilitatea; calmează temerile legate de sexualitate, stimulând capacitatea de a se lăsa abandonat și impulsionând deschiderea echilibrată spre plăcere; permite sporirea fertilității.

Topaz azuriu
Chakra: a cincea

Este indicat în disfuncțiile tiroidei (atât hipo cât și hipertiroidită) și în inflamațiile gâtului; ca și acvamarinul, acționează în dificultățile de exprimare legate de timiditate, în bâlbâială și în tensiuni ale gâtlejului. Bun pentru studenții care se sperie la interogatorii sau la examene orale: un topaz azuriu va ajuta să-și expună conceptele studiate cu calm și siguranță.

Topaz galben
Chakra: a treia

În tonalitatea galben auriu este cunoscut ca „topaz imperial" și i se recunoaște proprietatea de a încălzi și lumina centrii voinței, dând fascinație, măreție, capacitate de autorealizare, generozitate și stimă pentru meritele proprii. Este valabil pentru orice fel de inflamații, nu numai cele din sfera aparatului digestiv, dar și cele referitoare la alte organe și aparate; este recomandat pentru a ajuta chakra a treia posterioară în toate funcțiile sale. Stimulează apetitul și facilitează metabolismul grăsimilor, poate fi deci recomandat în legătură cu probleme de „talie".

Topaz roșu
Chakra: prima

Specific pentru calmarea anxietăților și temerilor la persoanele „eterice", puțin înrădăcinate, care se tem de neplăcerile

71. Slate, op.cit., p. 149.

fizice și nu sunt în relație corectă cu corpul propriu. Combate sindromul de oboseală cronică.

Turmalină

Ciclosilicat complex de aluminiu și bor cu prezența diferitelor metale

Duritate: 71

Culoare: diferite culori

Turmalinele au în general efecte de reechilibrare a polarităților, dar pot dezvolta și o acțiune de tip tonic. Numele pietrei derivă dintr-un termen ceylonez, prin intermediul franțuzescului „tourmaline"; această piatră, într-adevăr, cunoscută în trecut de unele culturi mediteraneene, a început să se răspândească în Europa pe la începutul secolului al XVII-lea datorită olandezilor care au importat-o din insula Ceylon.

În virtutea proprietăților sale triboelectrice, turmalina, când este frecată, se încarcă cu electricitate: cele două extremități devin una polul pozitiv, cealaltă polul negativ, încât atrage fragmente mici de hârtie, firicele de nisip și altele asemenea. Folosirea turmalinei în cristaloterapie se prevalează de această proprietate de tip electric pentru reconstituirea celulei: „din experimentările efectuate, reiese că această piatră are mai ales „darul" de a accelera procesul de regenerare a celulelor [...]. Experimentele au confirmat enorma sa putere de cicatrizare a rănilor chirurgicale sau traumatice."[72] Alte pietre cu striații (ca acvamarinul, kunzitul, topazul) grăbesc vehicularea energiilor ce le sunt proprii tocmai datorită prezenței striațiilor. Din punct de vedere mental, Raphaell recomandă spirala de turmalină „pentru cine dorește să se elibereze de suferințe emotive profunde"[73]; în acest scop, autoarea recomandă să se procedeze în felul următor: „Se pun cel puțin șase bucăți de turmalină roz/verde în jurul chakrei inimii, formând o spirală cu rotație în sens orar. Dacă se folosesc baghete de turmalină, vor fi dispuse cu vârful către exterior în direcția brațelor. Este nevoie să luăm cel puțin o baghetă de turmalină și să o deplasăm printr-o mișcare în spirală peste punctele în care sunt puse pie-

72. Giuditta Dembech, *I cristalli. L'inteligenza nascosta*, Settimo Torinese (TO), Edizioni L'Ariete, 1990, p. 193).

73. Raphaell, *Cristall*, op.cit., p. 51.

trele. În timp ce bagheta se mișcă în sensul acelor de ceasornic, urcând în formă de spirală prin aură în jurul chakrei inimii, energiile emotive reprimate sunt eliberate".[74] În funcție de culoare, fiecare cristal de turmalină acționează de obicei potrivit nuanțelor proprii. Să vedem caracteristicile fiecăruia.

Turmalină azurie

Chakra: a cincea

Adecvată pentru favorizarea exprimării echilibrate a adevărurilor și convingerilor personale într-o interacțiune armonioasă cu adevărurile și convingerile celuilalt. Dă creativitate cuvântului, atât vorbit, cât și scris, permițând să se aibă în vedere și aspectele opuse ale unei situații. Este foarte bună pentru scriitori, oratori și pentru oricine are a face cu cuvintele.

Turmalină galbenă

Chakra: a treia

Turmalina galbenă echilibrează comportamentele exagerate privitoare la obligațiile sociale, în mediul unui grup de muncă, al unei comunități oarecare sau în familie. Mărește spiritul practic și creativitatea manuală. Adecvată pentru purificarea pielii în cazul unor probleme dermatologice.

Turmalină indigo

Chakra: a șasea

Numită și „indigolit", împreună cu safirul este piatra cea mai puternică pentru a favoriza vibrația cromatică indigo și, deci, a acționa asupra chakrei conexe acestei culori, a șasea. Este foarte indicată pentru o minte prea rațională care trebuie să învețe să-și exerseze emisfera dreaptă a creierului, cea care presupune intuiție, meditație, facultăți de sensibilitate și clarviziune. Într-adevăr, permite să se treacă dincolo de aparențele vieții terestre, stimulând facultatea de a se deschide la noi dimensiuni.

Turmalină neagră

Chakra: prima

Este cea mai cunoscută și mai ieftină. Este folosită pentru sporirea înrădăcinării, dar îndeosebi este o patră de protecție, în măsură să descarce pe pământ vibrațiile negative, înainte ca acestea să poată ajunge să fie absorbite în aură: „într-adevăr, este apreciată ca un scut de protecție care salvgardează per-

74. ibidem

soana care nu face uz de toate energiile negative înconjurătoare, de orice tip."[75] Specifică pentru asigurarea protecției și integrității în timpul călătoriilor de orice fel și cu orice mijloc de transport (auto, naval, aerian, feroviar), această piatră este utilizată și pentru constatarea efectelor vătămătoare ale radiațiilor. Un remediu floral care asigură o oarecare protecție față de influențele externe și care reprezintă un coadjuvant bun al turmalinei negre este californianul **Yarrow**, extras din inflorescențe de „Achillea millefolium" (coada-șoricelului); pentru regenerarea corpilor subtili devastați de surse de radioactivitate se va recurge la remediul compus **Yarrow Special Formula**.

Pe plan fizic, turmalina neagră este adecvată terapiei organelor aflate sub controlul plexului radical; pe plan emotiv și caracterial, aceasta promovează stabilitatea și autocontrolul, impulsionându-ne să ne eliberăm de gândurile negative și facilitând detașarea de tendințele de victimizare și de automâhnire.

Turmalină roz

Chakra: a patra

Pozitivă pentru tensiune scăzută; pentru tensiune crescută se va alege crisoprazul și turmalina verde. Piatră cu valența yin, împreună cu turmalina verde este printre cele mai specifice pietre pentru punerea în mișcare a blocurilor care condiționează a patra chakra; poate fi folosită în alăturare cu turmalina roșie (aceasta se va poziționa pe prima chakra) în scopul armonizării dragostei cu sexualitatea sau pentru rezolvarea unor probleme care implică aceste două sfere. Pe zona inimii, turmalina roșie acționează în prezența unui exces de energie yang potențând energia yin în sensul restabilirii echilibrului just; aceasta se referă la prezența emoțiilor yang, ca: furie, ură, intoleranță. Ajută la eliberarea de greutatea experiențelor trecute ce au urmări destructive la nivel emotiv; desface conflictele cu figură maternă.

Turmalină roz-verde

Chakra: a patra

Numită și turmalina „pepene verde", ea este un remediu puternic pentru toate problemele ce conduc la chakra inimii. Prin culoarea sa dublă, ea însumează calitățile turmalinei roz și ale

75. Giovine, op.cit., p. 91.

celei verzi. Întrucât simbolizează fuziunea energiilor yin și yang ale inimii, această piatră, ca și cristalul tantric, poate fi întrebuințată pentru creșterea sintoniei cu persoana iubită. În literatură, acțiunea sa pe plan fizic este în legătură cu parezele și sclerozele multiple.[76]

Turmalină roșie

Chakra: prima

Numită și „rubelit", se folosește pentru canalizarea fluxurilor de energie roșie în prima chakra pentru a-i reactiva funcțiile. Este cea mai yang dintre toate turmalinele: acționează prin mărirea forței vitale și a potenței fizice. Dacă este folosită pe prima și a patra chakra, împreună cu turmalina roz și cu rodonitul, poate provoca reacții emotive de mare intensitate mai ales cu privire la abuzurile sexuale suferite sau perpetuate.

Turmalină verde

Chakra: a patra

Cunoscută și ca „verdelit", este o piatră ce aduce energie de tip yang. În manieră complementară cu turmalina roz, cea verde acționează în excesul de energie yin potențând energia yang spre a echilibra cele două forțe opuse. Este piatra optimă pentru înfruntarea dificultăților în a se apropia din nou de dragoste după deziluziile suferite care au produs reacții yin ca: negare de sine, scăderea autostimei, simțul vinovăției, tristețe, închidere sufletească și afectivă. Se dovedește utilă și în tratamentul problemelor afective cu părinții, dacă aceste probleme pot fi conduse la modalitățile yin mai sus menționate. În mod deosebit, turmalina verde se referă la conflictele cu figura paternă.

La nivel fizic, întărește sistemul nervos conferind o mai mare rezistență în confruntările cu stresul și oboseala; ajută împotriva atacurilor virale. Dembech îi subliniază valabilitatea în legătură cu rănile și cicatricele: „se poate opera cu un cristal de turmalină brută verde, îndreptând energia direct pe locul unde este necesar a se face regenerarea celulelor. Funcționează cu eficacitatea unui mic laser."[77]

76. Cfr. Balladori, op.cit., p. 171.

77. Dembech, op.cit., p. 194.

Turcoază
Fosfat hidrat de cupru și aluminiu
Duritate: 6
Culoare: de la azuriu la verde, în nuanțe palide
Chakra: a cincea

Atenție la turcoazele colorate artificial pentru a se obține o nuanță azurie mai marcată, precum și la cele imitate cu pastă de sticlă sau prin colorarea altor pietre: un exemplu foarte comun în acest sens îl reprezintă așa-zisele „turchesite", uneori puse la vânzare ca fiind adevărata turcoază.[78] Turcoaza originală se caracterizează prin nuanța azuriu-ciel, iar alte varietăți, cum sunt cele ce provin din China sunt de culoare verde deschis. Amintim, de altfel, că este o piatră delicată, supusă alterării în prezența transpirației, a cosmeticelor, parfumurilor și ca efect al căldurii.

Cunoscută de tradiția ezoterică occidentală, turcoaza își datorează numele Turciei, sau, după alții, Turkistanului din Persia Antică, unde se mai găsește și astăzi un zăcământ. În trecut se credea că apără de căderile de pe cal, sens în care giuvaergiii medievali recomandau să fie atârnată de hățuri. Foarte populară în cultura indienilor americani, turcoaza era considerată de către aceștia „locuința sufletelor tuturor animalelor", astfel că această piatră constituia punctul central al ritualurilor menite să vindece turmele de vite și herghelille de cai, ca și alte animale.

De secole, turcoaza este simbolul protecției, încât își merită apelativul de „buretele negativității"; în antichitate i se atribuia puterea de a îndepărta deochiul și de a servi drept antidot împotriva vrăjilor, iar cristaloterapia modernă îi recunoaște acestei pietre, din cauza porozității, capacități de absorbire a energiilor negative de orice tip. Însă, ea trebuie purificată adeseori pentru eliminarea vibrațiilor cu care tinde să se impregneze. Dacă o purtăm cu noi, este necesar să avem gânduri pozitive pentru a evita ca piatra să ne absoarbă energiile mentale ne-

78. Aceste „turchesite" sunt în realitate howlit (de la numele descoperitorului său H. How): subnezosilicat de calciu ce conține bor; este o piatră alburie cu dungi gri-negre, ce provine în cea mai mare parte din Tick Canyon – California. Această piatră scufundată în anumite băi, ia culoarea azuriu briliant, mult mai accentuată decât cea a turcoazei naturale.

plăcute și să le favorizeze reținerea în aură. Asociată cu aerul, cu cerul, cu respirația și cu plămânii, este benefică în tulburările respiratorii și pulmonare; este adecvată și pentru **canalizarea pranei** prin respirație, precum și în cazurile de reumatism și în terapiile menite să oprească viciul fumatului. Folosită pe a cincea chakra, permite exprimarea cu prietenie și loialitate. Pentru trăsăturile sale specifice în determinarea influxurilor/influențelor ostile, turcoaza „protejează oratorii de criticile negative și conferă forță cuvintelor lor".[79]

Safir
Oxid de aluminiu
Duritate: 9
Culoare: indigo
Chakra: a șasea

Prin termenul „safir" (probabil din grecescul „sapheiros – „de culoare albastră") se înțelege întotdeauna și aproape exclusiv un corindon de culoare albastră-indigo. Este o piatră foarte scumpă și greu de găsit, atât în stare brută (este de regulă tăiată ca gemă), cât și ca rădăcină.

Santa Ildegarda afirmă că safirul „arată marea dragoste pentru înțelepciune" și că este piatra ce se folosește „în cazul când ne dorim să avem capacități intelectuale bune și cunoaștere profundă și solidă".[80] Din experimentări rezultă, într-adevăr, că această gemă amplifică dorința intensă de cunoaștere și de adevăr; apoi, stimulează și hipofiza, crește dorința de rugăciune, de meditație și de reculegere. Este considerată piatra-principe pentru tratarea chakrei a șasea, întrucât favorizează intuiția și activează percepțiile extrasenzoriale: fiind dotată cu energie foarte puternică nu este totuși adecvată tuturor persoanelor. Pe plan fizic ameliorează memoria, amorsează mecanismele de autovindecare și acționează în afecțiunile oculare; în sfârșit, poate ajuta împotriva calviției și somnambulismului.

79. Ursula Klinger-Raatz, *Magia e segreti delle pietre preziose. Suggerimenti per l'attivazione dei sette centri energetici dell'uomo mediante pietre, cristalli e minerali*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1990, p. 71.

80. Santa Ildegarda, *Il libro delle pietre. Guida pratica all'uso dei cristalli oggi*, Rivarolo (TO), Centro di Benessere Psicofisico, 1992, p. 25.

Zircon

Nesosilicat de zirconiu
Duritate: 61 – 71
Culoare: diverse culori
Chakra: potrivit culorilor

Zirconul de culoare roșiatică sau portocalie, cu diferite nuanțe este faimosul „hiacint" al giuvargiilor medievali, foarte prețuit în antichitate prin atribuirea puterii de a trata nebunia și de a face persoanele mai raționale. În unele exemplare se poate găsi o prezență redusă de hafniu, toriu și uraniu care îl fac ușor radioactiv, așadar urmând a se folosi cu prudență. În afara varietății hiacint, zirconul este reprezentat de o gamă de nuanțe ce se întind de la verde, la galben și maro; în giuvaergerie, varietatea incoloră imită diamantul, fiind la prețuri sensibil mai scăzute, dar, atenție, adeseori este vorba de zircon care a fost făcut „luminos" prin prelucrări termice.

Este o piatră care ne ajută să lucrăm cu simboluri și semnificanți analogici și ne permite să atragem adevărul trecând peste vălul iluziei. Este, așadar, de luat în considerare când dorim să înțelegem care comportamente ar fi bine să le abandonăm și ce drumuri să apucăm; în plus, mărește facultatea de a prinde virtuțile ascunse ale persoanelor și situațiilor. Aducând liniște, este indicat pentru insomnii, deoarece calmează mintea invadată de gânduri de care nu reușim să ne eliberăm: într-un astfel de context întărește acțiunea remediului floral al lui Bach, „White Chestnut". Zirconul ne face mai disponibili la experiențe noi, ne impulsionează la renovare și amplifică voința de a ne ameliora viața personală. Acționează și în cazul timidității și în tendințele de supușenie.

Varietatea hiacint revitalizează a doua chakra făcând mai creativi și siguri subiecții supuși sexual și excesiv de pasivi în relațiile intime.

Varietatea galbenă-brună, adecvară celei de a treia chakra, este utilă în tulburările splinei și în problemele legate de mâncare (anorexie, bulimie, lipsa poftei de mâncare).

Zoisit

Sorosilicat de calciu și aluminiu
Duritate: 6 – 7

Culoare: diverse culori
Chakra: potrivit culorii

Este una din pietrele Noii Ere, fiind descoperită numai în 1954; se pare că-și datorează numele unui colecționar de minerale, baronul von Zois.[81] Varietatea cea mai prețuită, de culoare albastră-indigo, este numită „tanzanit" și este corelată cu a șasea chakra. Mai există și alte varietăți, ale căror culori variază de la alb la verde și violet rozaliu. Experimentările au relevat o acțiune netă a acestei pietre cu anxietățile masculine în relația cu femeile: de la blocări emotive care au incidență asupra sexualității (spre exemplu, impotența), până la incapacitatea de a gesiona relația cu femeia emancipată, de carieră, independentă și sigură de sine, a cărei personalitate îi creează bărbatului temeri și nesiguranțe, fiind percepută drept „castrare". În afară de terapia impotenței sexuale, zoisitul își găsește întrebuințare în tulburările aparatului genital masculin, ca ejacularea precoce, patologiile prostatei și testiculelor.

81. Cfr. Gienger, op.cit., p. 138.

5. PURIFICAREA, ACTIVAREA ȘI REGENERAREA PIETRELOR ȘI CRISTALELOR

În momentul alegerii unei pietre, fie că mergem la un magazin, fie că ne-o procurăm din altă parte, este important să urmăm anumite indicații.

Înainte de toate trebuie să ne asigurăm că piatra este naturală, adică nu este obținută prin prelucrări de laborator și că nu a fost tratată cu radiații sau cu vopsele speciale pentru modificarea culorii; în al doilea rând, după evaluările tehnice necesare, va fi bine să alegem piatra pe cale intuitivă, după senzațiile pe care le încercăm când ne aflăm în fața ei. Dacă avem posibilitatea să alegem între un anumit număr de exemplare ale aceleiași pietre, le așezăm pe toate în fața noastră și le studiem una câte una, cu atenție mărită la culoare, la strălucirea mai mare sau mai mică, la șlefuire și la transparență, precum și la alte dimensiuni; în privința dimensiunii, este mai bine să luăm pietre de dimensiune medie, nu prea mici (cu excepția celor pentru chakra a șasea, având în vedere că fruntea are un spațiu restrâns) și nici prea mari, care se pot așeza cu ușurință pe corp fără să alunece printre cutele hainelor. Pietrele prea mici pot fi pierdute în scurgerea chiuvetei când le spălăm cu apă curentă, iar pietrele prea mari pot fi excesiv de grele și deranjante când le poziționăm pe corp; pe de altă parte, dacă într-o ședință de cristaloterapie intenționăm să facem uz de mai multe pietre, va fi bine să putem dispune de exemplare de dimensiuni diferite pentru a crea cu ușurință configurațiile descrise în continuare.

O dată stabilite dimensiunile optime și după ce s-a efectuat o primă selecție, ne orientăm spre exemplarele care sunt cel mai mult în acord cu simțul nostru estetic, cu gustul personal sau cu întrebuințarea pe care o vom da pietrei. Executăm, așadar, o a doua selecție, dând la o parte pietrele ce nu răspund cerințelor menționate și concentrându-ne asupra unui număr mic de exemplare care ne apar în egală măsură interesante; dacă trebuie să alegem un singur exemplar, căutăm să-l intuim pe cel care este cel mai potrivit pentru noi, cel cu care vom putea

lucra mai bine. În acest sens, nu este recomandabil, totuși, să luăm în mână fiecare exemplar căutând să-i captăm energia, deoarece nu cunoaștem istoria pietrei, parcursul stabilit până la magazin și, deci, afară de cazul când contăm pe dotări superioare de sensibilitate ca psihometria[82], vom percepe în mod cert vibrații alterate, cu privire la energii, chiar negative, cu care piatra este încărcată, începând cu momentul în care a fost extrasă din mină. Din acest motiv, primul pas de îndeplinit o dată intrați în posesia unei pietre sau a unui cristal, este cel al purificării, cum vom explica în continuare. Așadar, vrând să înțelegem care exemplar este cel mai potrivit pentru noi, va fi suficient să ne punem această întrebare, mental, în timp ce observăm pietrele și să avem acel moment de intuiție care va fi prezentă în mintea noastră prin „al treilea ochi" (chakra a șasea): fără să fie nevoie să atingem pietrele, una dintre acestea ne va „lovi" în mod deosebit și aceasta va fi ținta căutării noastre.

Să vedem acum în detaliu cum se procedează la purificarea, la activarea și la regenerarea instrumentelor pe care le-am ales pentru a opera cu cristaloterapia.

Purificarea

Puneți pe fundul unui recipient de sticlă perfect curățat un strat de sare grosieră (recomandată sarea marină integrală), așezați cu grijă pietrele ce urmează a fi purificate, fiind atenți să nu se atingă unele cu altele, apoi vărsați altă sare peste ele până le acoperiți complet. Folosirea sării ca remediu de purificare este străvechi și se regăsește în multe culturi: „Este simbolul salvării în Evanghelii, al înțelepciunii în liturghia de botez, are valoare de comuniune și fraternitate în ritualurile ebraice, este simbolul prieteniei incompatibile și al ospitalității la greci și arabi și un purificator puternic în aproape toate tradițiile. [...] Și tradiția italiană este bogată în „rituri purificatoare" de persoane

82. Psihometria este facultatea pe care o au unii oameni sensibili de a capta informații referitoare la un obiect, prin simpla ținere în mână și concentrarea asupra acestuia. Biagi și Pompas, în lucrarea deja citată, vorbesc despre psihometrie ca despre o „memorie a obiectelor", definind-o ca „o formă de retrocunoaștere care are nevoie de un „martor", tocmai de aceea, ținând în mână un obiect oarecare „se poate retrăi prin senzații sau imagini propria istorie sau cea a persoanei care a avut-o!" (p.117).

și lucruri prin intermediul sării, căreia i se atribuie o putere absorbantă a negativității".[83]

Dacă recipientul este suficient de adânc, se pot pune alte pietre peste stratul de sare intermediar (pentru ca pietrele de dedesubt să fie complet ascunse de sare) și se acoperă și acestea cu altă sare. Recipientul ce se va folosi trebuie să fie exclusiv din sticlă: sticla este un material igienic, se spală cu ușurință iar suprafața lisă face ca vibrațiile de orice tip să alunece; dimpotrivă, ceramica nu este potrivită, fiind poroasă, iar recipienții de metal sunt absolut de evitat din cauza reacției electrolitice ce s-ar putea produce prin contactul cu sarea.

Dacă pietrele au fost procurate foarte recent sau găsite pentru prima dată și, deci, se procedează la prima lor purificare, ele trebuie să fie ținute sub sare timp de o zi[84]; luăm în considerare ora la care le-am pus în recipient și le luăm după ce au trecut aproximativ 24 de ore, adică ziua următoare mai mult sau mai puțin la aceeași oră. Dacă uităm să le luăm în ziua următoare, trebuie prelungită purificarea până la trei zile, întrucât, simbolic, numerele cu soț (2, 4, 6, 8), fiind numere feminine, pasive, de recepție, nu aduc o schimbare și nu sunt potrivite purificării. Trebuie respectată întotdeauna valoarea simbolică a numărului de zile socotite pentru purificare: în acest scop, se purifică pietrele ținându-le sub sare un număr impar de zile, pentru ca să se prevaleze de energia proprie a numerelor masculine (1, 3, 7, 9), active și, ca atare, în măsură să aducă o schimbare. Cât despre numărul cinci (5), chiar dacă este masculin, este mai bine să-l evităm, întrucât în numerologie este considerat instabil și incapabil să aducă o purificare în care să putem avea încredere.

83. Omaggio, op.cit., p. 84-85.

84. Purificarea timp de o zi sub sare (sau în soluție salină sau în argilă, cum s-a mai explicat) dobândește o importanță deosebită, chiar și în termeni ritualistici, când intrăm în posesia unei pietre pentru prima dată și, deci, nu cunoaștem parcursurile și tipul de energie cu care este încărcată: așadar, în scopul de a reduce complet la zero orice vibrație negativă, se va urma obiceiul de a pune piatra în sare pe durata unei zile întregi. Unii ar putea considera suficientă și o purificare pe durata unei singure nopți, dar numai cu intenția de a readuce piatra la o stare de „virginitate" și a face în așa fel ca din acel moment în continuare, ea să devină numai a noastră; este, însă, o regulă să ne încadrăm în intervalul de timp de 24 de ore.

Dacă ne aflăm în posesia unor pietre foarte groase, cum sunt druzele de cuarț, sau nu avem sare suficientă, le putem purifica într-o soluție sărată (unele pietre nu trebuie scufundate în apă: a se vedea în continuare). În acest scop, tot într-un recipient de sticlă, punem pe fund un strat de sare, umplem recipientul cu apă, ordonăm pietrele și vărsăm peste ele altă sare astfel încât să fie bine înconjurate, chiar dacă nu complet acoperite, de sare. Le ținem scufundate timp de o zi întreagă, respectiv 24 de ore.

După ce am luat pietrele din sare, aruncăm sarea sau soluția sărată la lada de gunoi sau în WC, pronunțând în minte o rugăciune către Terra ca să se încarce cu energiile negative cu care este impregnată sarea și să le risipească; încheiem cu o mulțumire Terrei. Așadar, să punem pietrele sub robinetul de apă rece și să le lăsăm sub jet câteva minute, procedând la spălarea lor cu un burete de baie sau cu un săpun neutru. În timp ce procedăm la spălarea și la clătirea lor, să vizualizăm o lumină albă emanată de apa curgătoare care purifică și energizează pietrele. O dată șterse cu o țesătură curată (mai bine un prosop sau o stofă de origine naturală, bumbac), pietrele sunt pregătite pentru acțiune.

Dacă pietrele au fost purificate în prealabil prin tehnica de o zi întreagă în sare și trebuie să fie din nou purificate, ca să fie folosite într-o ședință sau în alt mod, este recomandabil să operăm conform uneia din procedurile următoare:

1. Le punem în sare sau în soluție sărată cel puțin trei ore: aceasta este tehnica cea mai credibilă dacă ne gândim că pietrele trebuie să fie purificate într-o manieră energică.

2. Dacă apreciem ca adecvată o purificare mai ușoară, pentru că, spre exemplu, am operat cu pietre și reiki (să nu uităm că însuși reiki atenuează vibrațiile negative), sau dacă este vorba de pietre pentru uzul personal, poate fi suficient să le săpunim bine cu săpun neutru și să le lăsăm câteva minute sub jetul de apă rece.

Dacă avem de-a face cu pietre ce nu se pot pune în apă, le putem expune la reiki pentru câteva minute sau la vapori de esență de ulei de lavandă sau de tămâie, ori putem chiar să le ținem timp de o oră sub sare. După care le frecăm bine cu o cârpă curată și trecem la reactivarea lor la reflexia solară.

O altă tehnică de purificare, tipică pentru cultura celor născuți în America – Pieile Roșii sau indienii americani – constă în expunerea pietrelor la afumare, cu fumul produs de arderea a trei plante: salvia, tuia și lavanda. Se recomandă această tehnică pentru purificarea ambientului (încăperii) în care se desfășoară ședințele de cristaloterapie, iar pentru pietre este oportună folosirea tehnicii cu sare imediat după procurare, pentru prima purificare, apoi afumarea. Frunzele de salvie uscate și farâmițate reprezintă și un remediu volatil pentru păstrarea purității cristalelor când acestea sunt utilizate: „salvia formează o barieră între cristal și influențele externe, încât este o bună idee să pregătim un strat din această iarbă și a ordona deasupra cristalul".[85]

Este nevoie, totuși, să reținem că durata și modalitățile de purificare (1-3 zile sub sare sau prin mijlocirea altor tehnici) depinde și de sensibilitatea terapeutului, ca și de entitatea energiilor negative la care pietrele au fost expuse în timpul ședințelor. O purificare realizată numai cu tămâie pare a fi mai temperată față de cea executată prin mijlocirea sării: în orice caz, Master Choa sugerează să folosim tămâierea cu lemn de santal.[86]

Pietre ce nu se purifică sub sare sau în soluție sărată.

Următoarele pietre, din cauza fineții lor sau a ușurinței cu care se decolorează, nu se pretează a fi ținute sub sare ore întregi și cu atât mai puțin în soluție sărată de apă cu sare, deoarece aceste tehnici de purificare le-ar putea altera aspectul și strălucirea: ambră, azurit, boji, calcit, celestină, disten, hematit, flourină, kunzit, lapislazuli, lepidolit, magnetit, malahit, opal, paesin, piatra Lunii, piatra Soarelui, pirita, realgar, turcoază; de asemenea toate pietrele ce conțin procente înalte de fier și toate cele fine, poroase, care au valoarea de duritate redusă pe scala lui Mohs și care, deci, se zgârie cu ușurință sau se zdrobesc când sunt strânse cu o anumită forță.

Aceste pietre vor fi, deci, purificate cu tehnica ținerii lor timp de o zi în **argilă ventilată** (care se găsește în farmacii)[87].

85. Wabun Wind – Anderson Reed, *Cristalli, semi di luce*, Giaveno (TO), Edizioni Amrita, 1999, p. 45.

86. Cfr. Master Choa Kok Sui, *L'antica arte e scienza Pranic Healing con i cristalli*, Cesena, p. 19 (TO) Marco Edizioni, 1999.

87. Și argila, ca și sarea, dezvoltă o acțiune absorbantă și purificatoare)

În cazul mineralelor prevăzute cu cristale, cum este azuritul, va fi oportun ca, după ce le-am scos din argilă, să le ștergem ușor cu o pensulă de păr naturală pentru a îndepărta urmele de argilă.

În locul spălării sub jet de apă rece, cu săpun, pentru a completa purificarea va fi bine să expunem exemplarele pentru câteva minute la reiki, sau la vapori de esență de ulei de lavandă, sau la tămâiere. După care se va trece la acțiune.

Cât privește opalul, întrucât conține apă, este oportun să-l ținem periodic în baie de apă, chiar 1-3 zile încât să evităm pierderea efectului iridiscent și a proprietăților sale.

Activarea

După purificare, pietrele trebuie să fie activate. Modalitatea de activare cea mai obișnuită constă în expunerea lor pentru câteva ore la reflexia luminii solare: cele mai recomandate sunt orele dimineții, până la amiază, când Soarele se află în faza sa ascendentă și, deci, simbolic, energiile sale sunt în creștere. Urmând simbologia numerelor, pietrele ar trebui expuse la radiațiile solare timp de 1-3 ore: și în acest caz se recurge la caracteristicile numerelor masculine, în măsură să imprime energie de tip yang. Nu este, totuși, indispensabil să se urmeze aceste indicații într-un mod atât de riguros: putem obține o activare suficientă și prin expunerea pietrelor după-amiaza și chiar în zilele când cerul este acoperit, este suficient să fie o bună luminozitate, ca ziua să nu fie prea gri și să nu plouă. De asemenea, nu este absolut indispensabil să expunem pietrele timp de 1-3 ore, o putem face și pentru două ore: să ținem însă cont de faptul că aceste scurtări, ridicând valorile simbolice, măresc încărcătura ce se imprimă pietrelor.

Destul de categorică este, însă, practica de a expune pietrele în afara casei, pe prispă sau pe terasă, ori, și mai bine, în grădină în contact cu pământul. Aceasta pentru a capta energia celor patru elemente contemplate de tradiția ezoterică occidentală: pământ, apă, foc, aer.

Dacă dorim să întărim prezența celor patru elemente în momentul în care se activează pietrele, ne putem folosi de următoarele trucuri:

– pentru elementul **Pământ**, expunem pietrele într-o grădină sau într-o pădure, sau chiar într-un recipient umplut cu pământ;

– pentru elementul **Apă**, poate fi suficientă umiditatea aerului, dar, mai sigur, energia crește în vecinătatea unui pârâu sau a unui curs de apă; se poate pune chiar și un castron plin cu apă lângă pietre;

– pentru elementul **Foc**, emanația solară aduce întreaga energie;

– pentru elementul **Aer**, nu trebuie făcut altceva decât să expunem pietrele la loc deschis și nu în casă; evident, iradierea este mai mare când suflă o briză lejeră.

Se recomandă să nu expunem pietrele la lumina directă a Soarelui, dar într-un loc la umbră în apropierea punctului unde bate soarele, astfel încât acestea să poată beneficia de reverberație. Dacă, totuși, se apreciază ca oportună expunerea unor pietre la radiația solară directă, trebuie să avem în vedere că următoarele pietre s-ar putea resimți în privința culorii și strălucirii: agatul azuriu, ambra, azuritul, calcedonia azurie, calcitul, celestina, crisoprazul, fluorina, kunzitul, lapislazuli, lepidolitul, malahitul, opalul, paesinul, piatra Lunii, cuarțul ametist, cuarțul ametrin, cuarțul transparent, realgarul, smaraldul, turcoaza, safirul.

Pe durata activării la reverberația solară, dacă am dori să imprimăm cristalelor o mai mare încărcătură energetică, este util să efectuăm o scurtă meditație în apropierea acestora focalizând asupra lor gândirea și inducându-le comanda mentală de a absorbi prana fiecăruia din cele patru elemente. După ce ne-am concentrat câteva minute asupra acestei afirmații, se vor lăsa pietrele și cristalele în locul în care le-am aranjat și ne vom întoarce să le ridicăm când va fi trecut timpul pe care l-am stabilit pentru activarea lor: în acel moment se va da „stop" pentru a întrerupe absorbirea pranei și se vor recupera cristalele, având grijă să le punem în containere din materiale naturale.

Pietrele pot fi activate și la lumina lunii: totuși, fiind vorba de o acțiune cu energie yin (spre deosebire de soare, care emite energie yang), este nevoie de o mai mare sensibilitate și de o bună alegere a pietrelor ce se vor încărca cu această energie. Pietrele activate la lumina solară se folosesc, în general,

pentru toate tipurile de tratamente, în timp ce pietrele activate la lumina lunii sunt mai degrabă recomandate pentru tratarea problemelor de fertilitate, a tulburărilor organelor feminine, a dezechilibrelor emoționale, a excesivei dureități a caracterului, a carențelor de calitate yin, a persoanelor cu prea mult yang, a refuzului feminității subiecților (bărbați și femei) care-și refuză propria componentă feminină și a lipsei de sensibilitate.

Pentru energizarea unei pietre la lumina lunii, ea se expune în afara locuinței, la orele serii, în general, începând cu ora 20:00, numai în zilele specifice, sau mai exact: ziua ce precede luna plină, ziua lunei pline, ziua următoare lunei pline (evident, este suficientă expunerea într-una din aceste trei zile). Controlați în almanahuri și calendare când cade luna plină și reglați-vă activarea în funcție de aceasta.

Printre pietrele care oferă rezultate mai bune dacă sunt activate la lumina lunii amintim: piatra Lunii, crisocolul, ochiul de pisică, opalul. Pietrele următoare pot fi activate atât la lumina solară cât și la cea a lunii, dar radiația lunară pare a le fi deosebit de propice: aragonitul portocaliu, azuritul, celestina, dolomita, kunzitul, lepidolitul, turmalina indigo, turmalina roz, safirul.

În general, pietrele adecvate pentru chakrele cu numere cu soț (2, 4, 6), adică chakrele feminine, receptive, yin, reacționează bine dacă sunt activate la lumina lunii; pietrele pentru chakrele cu numere fără soț, adică cele masculine, active, yang, reacționează bine când sunt activate la soare.

În privința lunii, dacă avem la dispoziție câteva exemplare încărcate la radiația lunii, le vom putea folosi singure într-o ședință de cristaloterapie pentru a-i asigura subiectului un puternic aport de energie yin.

O altă metodă de activare: mare sau pârâu, numai ca apele lor să nu fie prea murdare. Puneți pietrele și cristalele (în afara celor care nu pot fi scufundate în apă) într-un săculeț de pânză sau dintr-un material natural, sau într-o plasă cu ochiuri dese, ori într-un tifon medical și scufundați pietrele în apa mării sau a pârâului de mai multe ori, tăgând săculețul în curentul apei. Repetați operațiunea cât apreciați oportun, cerând în minte energiilor din apă să activeze pietrele și încheind cu o mulțumire.

În evaluarea puterii energetice pe care o poate avea un cristal, se va ține cont nu numai de modul cum au fost executate purificarea și activarea, dar și de alți factori:

1. Dimensiunile cristalului: cu unele excepții, un cristal mare este de obicei mai puternic decât unul mic;

2. Transparența mai mare sau mai mică: ne referim, în principal, la geme, la cristalele de cuarț transparent, fumuriu, ametist, citrin și la pietrele ce-și arată transparența, pentru care este de obicei recunoscut că transparența mai mare este un indiciu al unor proprietăți mai mari.

3. Tipul de interacțiune energetică cu operatorul. În cartea lui Slate se poate citi: „Avem dovezi care ne arată că cristalul, ca și piramida, devine puternic prin simpla sa prezență. Dar când interacționăm în mod activ cu el, noi îi amplificăm influxul stimulând forțele latente pe care le avem în noi. Așadar, nu putem fi surprinși de faptul că cele două componente esențiale ale tuturor tehnicilor de potențare pentru cristal sunt: (1) recunoașterea potențialului de întărire intrinsecă a însuși cristalului și (2) interacțiunea deliberată cu cristalul ca instrument de potențare“[88] Se va acorda atenție, așadar, tipului de vibrații pe care operatorul le imprimă cristalului în relație cu nivelul său evolutiv, cu stilul de viață și cu perioada mai mult sau mai puțin liniștită pe care o traversează. Fie că este vorba de vibrații pozitive ce depind de voința operatorului (ca de exemplu, faptul de a se simți în sintonie cu cristalul, provocându-i gânduri de colaborare) sau de condiționări negative legate de starea de sănătate personală (oboseală, prezența unor emoții nerezolvate sau de patologii proprii adevărate), totul va fi în măsură să influențeze randamentul cristalului. Dacă operatorul suferă de tulburări încât să fie nevoie să fie el însuși ajutat, este clar că nu va putea obține rezultate mai bune în utilizarea cristaloterapiei asupra altora: mai întâi, va trebui să se efectueze o asanare asupra lui însuși.

4. Modalitățile de conservare când cristalul nu este operativ iar calitatea ambientului în care conservarea are loc.

Regenerarea

După câteva luni de lucru cu pietrele și cristalele, atât în ședințele de cristaloterapie, cât și în uzul personal, este necesar să se treacă la regenerarea acestora. Când un cristal a

88. Slate, op.cit., p. 140.

lucrat mult, a absorbit energii negative și s-a supraîncărcat89) (Aceasta se poate constata prin pierderea strălucirii, prin faptul că culoarea a devenit palidă, precum și prin senzația că, ținându-l în mână, el este „descărcat“ și nu reușește să mai gestioneze energia așa cum ar trebui), trebuie să-l regenerăm îngropându-l un număr impar de zile consecutive, adică 1, 3, 7, 9, potrivit unei mai mari sau mai mici regenerări pe care o apreciem necesară. Pietrele și cristalele vor fi puse sub pământ, într-un vas de ceramică arsă sau un simplu vas pentru flori plin cu pământ de calitate bună, necontaminat. Este posibilă și îngroparea pietrelor în grădină: dacă optăm pentru aceasta, trebuie să fim atenți la stropirea plantelor alăturate, având în vedere că pentru anumite pietre este mai bine să se evite contactul cu apa și cu medii umede. Pământul împrăștie energiile negative acumulate și regenerează cristalul. La sfârșitul numărului de zile ales, cristalul nu va trebui să fie purificat (cel mult se va putea spăla cu apă rece sau peria cu o pensulă de păr natural) dar se va trece la activare. Pietrele și cristalele pot fi regenerate și pentru perioade mai scurte, îndeosebi dacă aceasta se face cu o oarecare frecvență: 1-3 zile, în funcție de sensibilitatea individuală. O tehnică mixtă de purificare și de regenerare constă în așezarea exemplarelor pe o druză de cuarț transparent sau de cuarț ametist, lăsându-le câteva ore sau un număr fără soț de zile consecutive, după cum am spus: totuși, această procedură nu produce efectele profunde ce sunt asigurate de contactul cu pământul și se va folosi, totuși, numai în cazurile mai puțin implicate.

6. MEDITAȚIA CU UN CRISTAL

Meditația ar trebui să fie întotdeauna efectuată cu orice piatră proprietate proprie, cu cristale recent procurate sau, cel puțin, cu cele pe care le folosim cel mai adesea, cu scopul de a ne sintoniza cu astfel de instrumente. De îndată ce am intrat în posesia unei pietre, după ce am purificat-o și activat-o este oportun să-i dedicăm cel puțin o ședință de meditație, în acest fel aliniindu-ne energia noastră cu a ei și să ne familiarizăm cu ea. În cazul când suntem nesiguri de folosirea unui exemplar, sau ne scapă proprietățile sale, putem, concomitent, să recurgem la meditație. Dacă o anumită piatră este adecvată pentru a ne ajuta în soluționarea vreunei probleme personale, practica meditativă, stimulând schimbul de energie la nivel spiritual, va deschide în noi conștientizarea necesară pentru a înfrunta și rezolva acea problemă și va potența efectele pietrei față de simplul obicei de a o purta asupra noastră pe parcursul zilei. Pentru a intra într-o stare de relaxare, necesară practicii meditative, executați pașii următori:

1. Așezați-vă într-un loc confortabil. Faceți-vă comod evitând să îmbrăcați haine ce vă pot inoportuna, opriți telefonul și evitați să fiți deranjat. Scoateți-vă toate obiectele de metal. Puteți sta așezat cu șira spinării dreaptă dar nu în tensiune, sau culcat pe spate. Dacă este posibil, cu o busolă căutați Nordul și întoarceți umerii în acea direcție (dacă ședeți cu șira dreaptă), sau aliniați latura mai lungă a patului sau a rogojinii pe care sunteți întins pe axa magnetică Nord – Sud (capul spre Nord, picioarele spre Sud).

2. Relaxat, respirați în liniște căutând să observați respirația vitală care străbate întregul corp. Lăsați să fugă toate gândurile, creați golul mental.

3. Luați cristalul și aranjați-l pe corp, după schema de mai jos, deci începeți meditația:

– pe **plexul solar** (a treia chakra) dacă sunteți persoane active, concrete, mai exact, implicate în realitatea fizică;

– pe **plexul cardiac** (a patra chakra), pentru un demers de tip afectiv, pentru persoane foarte sensibile la emoții „de inimă și sentiment";

– pe **plexul frontal** (a șasea chakra) pentru un demers de tip intuitiv, adecvat celor ce le sunt familiare imaginile, simbolurile, vizualizările;

– în **palma mâinii stângi** (dreapta dacă sunteți stângaci), pentru a primi impresiile și senzațiile în mâna nemijlocit legată de emisfera dreaptă a creierului, emisfera intuiției.

Dacă cristalul are un vârf, acesta trebuie întotdeauna îndreptat spre partea de sus, spre cap, iar când îl țineți în palma mâinii, vârful trebuie să fie îndreptat spre chakra mâinii, la intrare.

Pe durata meditației, va fi posibilă perceperea calităților intrinseci ale pietrei sau cristalului sau o intuiție în legătură cu folosirea adecvată a acestuia. Este bine să nu ne lansăm în meditație cu o atitudine de grabă, să ne așteptăm la un rezultat imediat după o ședință: pentru a obține rezultate de un anumit nivel trebuie să ne înarmăm cu răbdare și constanță, fără să obosim în a repeta ședința de mai multe ori, cerând mental cristalului să intre în relație cu noi și să ne comunice care îi este „specialitatea", cum îl putem întrebuința.

La sfârșitul meditației, reveniți încet la realitatea camerei și redeschideți ochii, încercând să faceți o evaluare a imaginilor și senzațiilor percepute.

7. TRUSA CU USTENSILE DE BAZĂ PENTRU CRISTALOTERAPIE

Se recomandă să avem la dispoziție cel puțin câte trei din fiecare din pietrele de mai jos (dublu pentru prima chakra); aceasta pentru a putea desfășura cel puțin trei ședințe consecutive, folosindu-ne pentru fiecare ședință de pietre purificate și activate care nu au fost utilizate în ședința precedentă: căci, fiecare subiect trebuie să fie tratat cu exemplare nefolosite la alte persoane, mai înainte ca cele de care ne-am folosit într-o ședință să fie purificate și activate. În plus, cu un număr mai mare de pietre avute la dispoziție se poate executa tratament atât pe chakrele anterioare cât și pe cele posterioare, schimbând pietrele când persoana se întoarce în poziție aplecată pe pat, sau se pot așeza mai multe pietre pe chakrele anterioare.

Cu timpul, bagajul de pietre va fi în creștere, iar operatorul de cristaloterapie va putea dispune de un anumit număr de exemplare cu care să desfășoare diferite ședințe consecutive, prin simpla folosire a altor exemplare, fără să fie obligat să aștepte ca pietrele deja utilizate să fie purificate și reactivate. Iată pietrele de bază pentru fiecare din chakrele majore:

– **prima chakra:** jasp roșu, hematit, turmalină neagră (două exemplare din fiecare piatră se pun pe zona inghinală);

– **a doua chakra:** aragonit portocaliu, cornalină portocalie, jasp portocaliu (și cel roșu este bun);

– **a treia chakra:** ochi de tigru, cuarț citrin, cuarț cu rutil;

– **a patra chakra:** aventurin verde, cuarț roz, rodonit;

– **a cincea chakra:** acvamarin verde, lapislazuli, sodalit;

– **a șasea chakra:** ochi de șoim, eventual, o altă piatră de culoare indigo, sau o piatră de culoare violetă;

– **a șaptea chakra:** un vârf de cuarț ametist sau, dacă se pune o piatră violetă pe a șasea chakra (alta, evident, decât piatra indigo, ca ochiul de șoim), un vârf de cuarț transparent.

Este util să ne folosim și de două vârfuri de cuarț fumé (sau transparent) pentru picioare și de două vârfuri de cuarț transparent pentru mâini (fig. 16 și următoarele); sunt recomandabile și câteva exemplare de malahit. Un anumit număr de cuarțuri transparente „cernute" poate fi întrebuințat pe chakra fie în alăturare cu pietre colorate, fie fără alte pietre: o ședință numai cu cuarțuri transparente desfășoară un efect de drenaj a vibrațiilor negative și energizează aura. În fine, este indispensabil cristalul activator pregătit cu grijă (vezi capitolul următor).

8. PREPARAREA CRISTALULUI ACTIVATOR

Cristalul activator este instrumanul fundamental al oricărei ședințe de cristaloterapie. Este absolut de înțeles că este vorba de un cristal de cuarț transparent natural, netăiat de om, neșlefuit artificial, mai bun dacă are vârful fără aschii: el trebuie să fie suficient de mare, de ținut în mână, cu vârful ieșind din pumn (deci cel puțin 10 cm lungime). Cât despre tipul de cristal, adică încadrarea sa într-o categorie de cristale în funcție de formă, activatorul este de regulă un cristal **generator**. Unii terapeuți preferă însă să folosească un **cristal laser**, alții un **cristal sceptru**: toate cele trei tipologii pot fi folosite bine, în funcție de sensibilitatea individuală și de atracția pe care una sau alta din forme o exercită asupra operatorului care le utilizează; important este să ne ținem de una din aceste trei categorii specifice și să evităm folosirea altor cristale neadecvate scopului, ca, spre exemplu, cele **biterminate**.

Cristalul trebuie să fie anterior purificat, activat la reflexia luminii solare și preparat cu o meditație specifică. O dată purificat și activat cristalul, spre a-l pregăti în scopul menționat vom proceda astfel:

1. Așezați-vă într-un loc confortabil. Faceți-vă comod, evitând să îmbrăcați haine ce vă pot inoportuna, opriți telefonul și evitați să fiți deranjați. Scoateți-vă toate obiectele de metal. Puteți sta așezat cu șira spinării dreaptă, dar nu în tensiune, sau culcat pe spate. Dacă este posibil, cu o busolă căutați Nordul și întoarceți umerii în acea direcție (dacă sunteți așezat cu șira dreaptă), sau aliniați latura mai lungă a patului sau a rogojinii pe care sunteți întins, pe axa magnetică terestră Nord-Sud (capul spre Nord, picioarele la Sud).

2. Relaxat, respirați în liniște căutând să observați respirația vitală care vă străbate întregul corp. Lăsați să fugă toate gândurile, creați golul mental.

3. Luați cristalul, țineți degetul mare al mâinii drepte (stânga dacă sunteți stângaci) sub baza cristalului și degetul arătător deasupra vârfului acestuia. Duceți cristalul la înălțimea celui de al treilea ochi și așezați-l pe frunte.

4. Vizualizați-vă gândirea care sub forma unei lumini aurii intră în cristal. Această lumină este purtătoarea unor gânduri de tipul: „Datoria ta va fi să mă asiști în ședințele de cristaloterapie"; „Ajutorul tău va fi prețios pentru mine: te rog să-ți îndeplinești obligația în modul cel mai bun posibil"; „Va trebui să realizezi reechilibrarea chakrelor, activarea pietrelor și cristalelor și să canalizezi energiile de vindecare după nevoile momentului și după ordinele ce ți le voi da în diverse situații"; „Îți mulțumesc încă de pe acum pentru ajutorul pe care vei fi în măsură să mi-l dai".

Puteți să îndreptați spre cristal orice alt gând asemănător acestora, pe care îl considerați oportun în concordanță cu personalitatea voastră. Natural, nu este necesar ca frazele ce le veți folosi pe durata meditației centrate asupra cristalului activator să fie identice cu cele sugerate aici: important este să creați o schemă mentală adecvată pregătirii cristalului pentru misiunea sa. Rețineți: **nu introduceți niciodată negații în fraze**, impuneți orice gând în formă pozitivă, cu respect pentru cristal, dar cu hotărâre. Nu trebuie să considerați cristalul drept un instrument pe care să-l copleșiți cu puterea voastră mentală și căruia doar să-i dați ordine: dimpotrivă, trebuie să vă sintonizați cu el, așa cum ați face cu un colaborator, cu un prieten ce va ști să vă ajute și pentru care veți manifesta mereu afecțiune, atenție și gratitudine.

5. Mulțumiți cristalului și energiei sale. Când sunteți gata, reveniți ușor la realitatea camerei și redeschideți ochii. De obicei, cristalul activator se păstrează împreună cu celelalte pietre în trusa ce se folosește pentru ședințele de cristaloterapie, dar dacă simțiți nevoia îl puteți purta cu voi pe parcursul zilei astfel încât acesta să se încarce și mai mult cu zestrea voastră terapeutică.

Dacă procedura descrisă mai sus este repetată, în același mod, timp de trei zile consecutive, prepararea cristalului activator devine și mai puternică; în linii generale, însă, și o singură operație poate fi suficientă.

9. PROGRAMAREA UNUI CRISTAL

Reguli generale

Cristalele programabile sunt, în principal, următoarele: cuarțul transparent, cuarțul ametist, cuarțul fumé, cuarțul cu rutil, cuarțul citrin. Cristalul trebuie să aibă vârf, să fie natural și netăiat sau manevrat de om, adică nu trebuie să fie „cernut" (șlefuit și rotunjit artificial). Pietrele și cristalele cernute pot fi tratate cu aceeași tehnică de programare descrisă în continuare, dar, din cauza lipsei vârfului, dezvoltă o repetare a mesajului inserat, de calitate inferioară față de cristalele prevăzute cu vârf.

Cristalul funcționează ca o bancă de date, ca un computer care reverberează pentru voi și în jurul vostru mesajul inserat. Cristalul programat poate fi împrumutat sau dat cadou altora (dacă conține o afirmație impersonală).

Pentru a deconecta mesajul, trebuie să purificăm cristalul prin tehnica de o zi întreagă sub sare, sau în soluție sărată, sau în argilă, potrivit pietrei respective. După ce l-am ținut o zi sub sare, efectuăm o scurtă meditație centrată pe cristal cu intenția de a îndepărta orice urmă de programare. Înainte de a efectua o nouă programare activăm cristalul la strălucirea soarelui.

Dacă avem mai multe mesaje sau cereri este oportun să programăm cristale diferite, fiecare cu câte o afirmație sau cerere diferită; este mai bine să nu inserăm două sau mai multe mesaje diferite în același cristal. Această ultimă regulă nu se aplică cristalului activator, întrucât în cazul acestuia este vorba de o adevărată programare, adică o „pregătire pentru obligațiile sale"; apoi, ca instrument ce se folosește doar în ședințele de cristaloterapie, acesta va fi chemat să dezvolte sarcini diferite, după necesități.

În ce privește programarea, adică perioada de timp în care mesajul introdus va fi activ și va fi reverberat, se recomandă aproximativ o lună. Massimo Mantovani recomandă un timp asemănător: „dacă programarea s-a făcut corect, [...] intenția rămâne în cristal aproximativ douăzeci și opt de zile. O dată

trecut acest timp forța intenției nu va mai fi suficientă pentru ca cristalul să poată fi folosit cu efect în cristaloterapie".[90]

În afară de ceea ce poate fi valabilitatea efectivă, în termeni temporali, a unei programări (care depinde în mare măsură de forța și de incisivitatea cu care a fost inclusă), după câteva săptămâni aceasta va începe de obicei să slăbească, fiind necesar să se treacă la purificarea și reactivarea cristalului; după care acesta va putea fi din nou programat.

Afirmația

Mesajul inclus trebuie să fie scurt, clar și precis. Înainte de a-l include, scrieți-l pe un bilețel pe care îl veți păstra apoi la un loc cu cristalul, pentru a nu-l confunda cu alte cristale programate. Afirmația trebuie să fie formulată la timpul prezent și fără a cuprinde negații. Ea poate fi de două feluri:

1. O frază pozitivă în măsură să exprime ceea ce s-ar dori să vedem realizat, ca de exemplu: „Eu sunt sănătos și fericit", „În această cameră se strâng numai valențe energetice pozitive", „Genunchiul meu este sănătos", „Noul meu loc de muncă îmi place și îmi dă multe satisfacții" și așa mai departe. Acest fel de afirmație este mai adecvat pentru persoane cu caracter activ, hotărâte și sigure de sine, care se încarcă cu mesajul reverberat de cristal pentru a duce la îndeplinire aspirațiile proprii.

2. O adevărată cerere adresată cristalului, în așa fel încât să ne simțim din plin ajutați de energia sa: „Ajută-mă să găsesc un loc de muncă", „Adu-mi seninătate în viața mea afectivă", „Fă-mă să-mi găsesc noi prieteni", „Ajută-mă să mă încadrez pe o cale evolutivă". Acest fel de afirmație este destinat persoanelor cu un caracter mai pronunțat pasiv, care au nevoie de interacțiuni bazate pe o componentă afectivă și doresc să se simtă susținute în intențiile lor.

Ambele tipuri de afirmații sunt bune: se va ține mereu seama de faptul că ceea ce contează este forța intenției (însăși gândirea este o formă de energie) și, ca urmare, schema noastră mentală primește valoare, precum și voința noastră de a ne îmbunătăți, de a evolua, de a rezolva problemele și de a ni

90. Massimo Mantovani, *Il potere curativo dei cristalli*, Milano, De Vecchi, 1999, p. 59-60.

se îndeplini dorințele. Din acest punct de vedere, puțin importă, așadar, faptul că cerem ajutor cristalului sau că îl programăm cu o frază ce exprimă așteptările noastre.

Evident, fie că optăm pentru unul sau altul din tipurile de afirmație, nu trebuie să includem fraze ca: „Eu nu m-am născut nici bolnav, nici trist", „Înlătură boala mea", „Șterge diferențele dintre mine și colegii de muncă", sau altele asemănătoare, adică fraze care conțin negații sau redau o reducere, o eliminare, o supunere la ceva degradant: în fapt, este mult mai înțelept să ne orientăm orice gând către pozitiv, spre a dezvolta în interiorul nostru, cu ajutorul cristalului, acea forță necesară pentru a produce schimbările pe care le dorim.

Amintim că cristalele trebuie să fie programate numai pentru a ne ajuta pe noi înșine și pe alții să progresăm în **Lumină** (cuprinzând în acest termen calitățile superioare ale omului ca: dragoste, adevăr, înțelepciune, compasiune și spiritualitate), așadar acestea trebuie să conțină întotdeauna mesaje pozitive, care facilitează evoluția.

În timp ce scrieți mesajul pe biletel și programați cristalul, vizualizați-vă voi înșivă (sau persoana pentru care acționați) în situația dorită. Spre exemplu, dacă vreți ca o persoană să fie plină de energie, sau să reușească să-și găsească de lucru, vizualizați-o implicată și hotărâtă să desfășoare o activitate profesională care o satisface. În acest caz, rezolvați repede mesajul, pe care, apoi, cristalul îl va avea spre reverberare.

De regulă, se propun două modalități de programare, ambele la fel de eficace.

Programarea

Tehnica mesei negre

1. Plasați-vă într-un loc confortabil. Faceți-vă comod evitând să îmbrăcați haine care să vă dea disconfort, închideți telefonul și evitați să fiți deranjați. Scoateți-vă toate metalele. Puteți sta șezând cu șira spinării dreaptă dar nu în tensiune, sau culcat pe spate. Dacă este posibil, cu ajutorul unei busole căutați Nordul și îndreptați umerii în acea direcție (dacă sunteți în poziția șezând, cu șira dreaptă), sau aliniați latura mai lungă a patului

sau a rogojinii pe care sunteți culcat pe axa magnetică terestră Nord-Sud (capul spre Nord, picioarele la Sud).

2. Fiind relaxați, respirați în liniște căutând să percepeți respirația vitală care vă străbate întregul corp. Lăsați să se îndepărteze toate gândurile: unicul gând trebuie să fie mesajul pe care vreți să-l includeți (inserați) și pe care l-ați scris deja pe o coală de hârtie.

3. Luați cristalul. Apucați-l ținând degetul mare al mâinii drepte (stânga, dacă sunteți stângaci) sub baza cristalului și degetul arătător pe vârful acestuia. Duceți cristalul la înălțimea celui de al treilea ochi și sprijiniți-l pe frunte. Dacă cristalul este foarte mare și nu poate fi ținut comod în mână, puneți pur și simplu mâna dreaptă (sau stânga dacă sunteți stângaci) deasupra acestuia.

4. Acum vizualizați că intrați în cristal prin respirație sau prin gând. După câteva respirații, intrați cu hotărâre senină în cristal trecând prin vârf, printr-o mică intrare sau un semn pe care le-ați marcat mai înainte.

Acum sunteți în interiorul cristalului cu privirea îndreptată spre unul din pereții transparenți: aici se găsește o masă neagră și pe margine un cristal mic perfect identic cu cel în interiorul căruia vă aflați. Acest cristal mic servește numai la scrierea pe masa neagră. Aduceți în minte afirmația pe care să o introduceți în cristal. Apucați cristalul mic, scrieți pe masa neagră afirmația, literă cu literă, așa cum ați scris-o în prealabil pe hârtie. Dați-vă înapoi cu câțiva pași și observați ce ați scris pe masă. Vizualizați o rază aurie care, ieșind din al treilea ochi, trece peste fiecare din literele pe care le-ați scris. Acum programarea a avut loc, este introdusă în cristal. Mulțumiți cristalului și energiei sale.

5. Imaginați-vă că ieșiți din cristal cu respirația, prin punctul pe unde ați intrat sau prin vârful cristalului. Respirați adânc și reluați contactul cu corpul, fără a vă grăbi.

6. Când sunteți gata, reveniți ușor la realitatea camerei și deschideți ochii. Păstrați cristalul programat la un loc cu biletul cu textul programării și, pentru a favoriza mai mult energiile care lucrează la realizarea intenției voastre, purtați cristalul asupra voastră cel puțin câteva ore pe zi.

Tehnica luminii aurii

Reluați procedurile de la punctele 1, 2 și 3 descrise la modalitatea de programare anterioară, apoi continuați astfel:

– Vizualizați un flux de lumină aurie care iese din chakra a șasea și se revarsă pe cristal, pătrunzându-l și umplându-l până ce acesta se luminează și strălucește cu aceeași luminozitate. În acest moment, formulați fraza de programare și vizualizați cuvintele ce trec în interiorul cristalului prin lumina aurie.

– Mulțumiți cristalului și energiei sale, adică încheiați cu punctul 6 de la modalitatea precedentă.

Fie că se alege una sau cealaltă dintre modalitățile descrise mai sus, având priceperea de a o repeta în același mod timp de trei zile consecutive, programarea devine și mai puternică; în linii generale, și o singură dată poate fi suficientă. În varianta repetării timp de trei zile consecutive, se pot exersa amândouă tehnicile, una după cealaltă, în cadrul aceleiași meditații cu cristalul, având grijă să includem același mesaj, fără nici o alterare.

10. NOȚIUNI GENERALE PENTRU OPERAREA CU PIETRE ȘI CRISTALE

• Pietrele care se pun pe corp în cadrul ședințelor de cristaloterapie nu trebuie să fie găurite: așadar evitați grăunțele inserate în coliere și brățări sau pandantivele găurite. Aceasta, deoarece piatra găurită suferă o pierdere de energie prin acea gaură. Colierele și brățările formate din mici sfere sau grăunțe de pietre, dacă sunt purificate și activate după reguli, pot fi folosite ca adjuvanți terapeutici purtați în timpul zilei: energia care se pierde prin găuri este îndeobște compensată de numărul mai mare de grăunțe care compun colierul sau brățara.

• Cuarțurile transparente sunt bune pe oricare din cele șapte chakre, fie cernute, fie cu vârf; la fel și pentru cuarțul herkimer, pentru calcit „spat de Islanda", pentru fluorina incoloră și în general pentru toate pietrele albe sau transparente. Și unele pietre negre ca obsidianul și diopsidul „Black Star" pot fi folosite pe alte chakre decât prima: pentru mai multe detalii facem trimitere la profilul fiecărei pietre.

• Ambra, malahitul și turcoaza, pentru capacitățile lor de absorbire se pun pe zonele corpului în care sunt prezente dureri sau deranjamente, îndeosebi dacă în ședința de cristaloterapie persoana ne avertizează că încearcă senzații nepăcute în puncte precise.

• Pentru cei ce lucrează cu computerul pietrele adecvate ce se vor pune pe monitor și care trebuie purificate și activate periodic sunt: turmalina neagră (descarcă în pământ radiațiile), fluorina (de regulă cea incoloră, dar pot fi folosite cu efect și altele; fluorina, indiferent de culoare, elimină energiile excesive), malahitul (dezvoltă acțiune absorbantă, dar trebuie purificat mai des), cuarțul transparent (dezvoltă acțiune purificatoare), cuarțul cu rutil (protejează de radiații), cuarțul cu turmalină (însumează proprietățile cuarțului transparent și ale turmalinei negre).

• Pietrele puse pe fiecare chakra pot fi legate de altele prin cuarțuri transparente biterminate, realizând astfel un flux continuu de energie.

• În linii generale, este mai bine să folosim cristale și pietre naturale netăiate de om (excepție, pietrele cernute), îndeosebi

în ce privește cuarțul căruia i-a fost schimbată forma și ajustat vârful; totuși, fiecare, în funcție de sensibilitatea proprie și de faptul că simte o atracție specifică pentru o piatră tăiată, o va putea folosi dacă apreciază oportun, după ce s-a informat asupra naturii tăierii și dacă aceasta a fost executată cu respectarea direcției de creștere naturală a cristalului. Când alegem un vârf de cuarț natural, știm de la început că avem un instrument valabil, care va trebui doar să fie calibrat cu sensibilitatea operatorului și cu înzestrările terapeutice ale acestuia; dimpotrivă, alegând un vârf de cuarț tăiat, nu se va putea ști a priori dacă instrumentul este bun sau nu: aceasta se va clarifica numai în timp, prin experimentare. În acest sens, Catherine Bowman se exprimă astfel: „Marcel Vogel, un profesionist faimos al cristalului a descoperit că, tăiat și fățuit, cristalul dobândea o mai mare capacitate de a înmagazina informații. Acest fapt îl făcea să devină un instrument nemijlocit pentru a desfășura activitate de vindecare eterică și de proiectare a gândurilor. [...] În fazele inițiale de studiu al puterii crisalelor se recomandă să nu se folosească cuarțul prelucrat, pentru vindecare sau meditație. După sintonizarea majoră cu aceste instrumente de lumină, se vor putea explora energiile cuarțului prelucrat".[91]

Reflecții similare se aplică și piramidelor, sferelor și ouălor de curț, sau de altă piatră, care în zilele noastre se găsesc cu ușurință în comerț. Piramidele emit un fascicul de energie din vârful lor și pot fi angajate pentru energizarea ambientelor și a apei: totuși, rămân valabile considerațiile expuse mai sus cu privire la prelucrarea acestor obiecte după direcția de creștere naturală a cristalului. În plus, se obișnuiește, atunci când se operează cu piramide, să ne raportăm la instrumente la scară, de dimensiunile Marii Piramide a lui Keops: în magazine vor fi obținute cu greu piramide care respectă aceste proporții; cu toate acestea, în baza geometriei perfecte a acestui corp solid și a faptului că el servește drept acumulator de energie, independent de proporții, el se va utiliza pentru energizarea ambientelor și a apei și pentru tratamentul specific al unui organ (vezi mai departe).

91. Catherine Bowman, *Cristalli di energia. Come conoscere i cristalli ed utilizzare i loro poteri*, s. 1, Gruppo Editoriale Futura, 1998, p. 14.

Ouăle și sferele sunt destinate în special meditației dar pot fi folosite cu succes, mai ales sferele, pentru masaj corporal: se alege o sferă nu prea mică (cel puțin 3-5 centimetri în diametru), dintr-o piatră adecvată efectului terapeutic pe care dorim să-l obținem și cu ea se masează, prin mișcări de rotație, zonele interesate.

Gemele tăiate, îndeosebi cele cu **cabochon**, pot fi folosite în terapie cu mai mare dezinvoltură față de vârfurile de cuarț prelucrate: adesea, unele geme (safire, turmaline, topaze și alte pietre prețioase) se găsesc în comerț doar tăiate. Asigurați-vă, oricum, că astfel de geme să nu fie găurite.

• Folosirea piramidelor de diverse materiale, goale pe dinăuntru, pentru energizarea pietrelor și cristalelor constituie o tehnică interesantă, dar întotdeauna legată de experiența și sensibilitatea terapeutului; așadar, se recomandă să se aprofundeze cunoștințele despre piramidologie, înainte de a ne dota cu aceste instrumente.

• Atenție la pietrele colorate artificial, acestea nu sunt adecvate pentru uz terapeutic. Unele pietre sunt scufundate în băi de culoare pentru întărirea nuanțelor naturale: se vor evita pietrele transformate prin astfel de artificii, ca și cele sintetice, obținute prin procedee de laborator. Atenție și la cuarțurile supuse radiațiilor pentru obținerea unor culori diferite sau mai intense: de regulă cuarțul fumé are această soartă. Alt exemplu de evitat: Cuarțul ametist „copt", adică încălzit pentru a-l face să se asemene cu cuarțul citrin. Unica folosință a pietrelor tratate cu radiații (dacă suntem siguri de aceasta) este cea a terapiei unei persoane ce a suferit o expunere la radiații, fie în mod accidental, fie în scopuri terapeutice (radioterapia).

• Pietrele nu trebuie să fie prea mici, cu excepția celor ce se pun pe chakra a șasea (fruntea persoanei, care constituie o suprafață mai restrânsă): aceasta pentru a beneficia, în plus față de radierea energetică și cromatică, și de greutatea exercitată de pietre pe corp, stimulând zonele respective.

• Pe fiecare chakra trebuie pusă cel puțin o piatră: este bine ca să fie puse în medie cel puțin trei pietre pe fiecare chakra, cu excepția celei de a șasea și a șaptea: pentru acestea poate fi suficientă o piatră pe fiecare (pe a șasea, de obicei 1-2 pietre, spre exemplu o piatră indigo și una violetă; pentru a șaptea, un

vârf de cuarț ametist). Ședințele de cristaloterapie mai complexe prevăd folosirea mai multor pietre (puse chiar și în zonele dintre o chakra și alta), diferite vârfuri de cuarț și de cuarțuri biterminate.

• Vârfurile de cuarț, fie cuarț transparent fie de alt tip se folosesc de obicei în două modalități principale:

1. Cu vârfurile îndreptate la intrare spre corpul persoanei, când aceasta este obosită, stresată, sleită, sub tonus și are nevoie de a fi reîncărcată și energizată;

2. Cu vârfurile îndreptate la ieșire față de corpul persoanei, când aceasta este hipertensionată, prea încărcată cu energie, isterică, excitată și obosește relaxându-se, pentru a descărca excesele de energie.

O altă aplicație a cristalelor de cuarțuri transparente prevăzute cu vârfuri: poziționate pe un punct specific al corpului, corespondent al unui organ (spre exemplu, ficatul), cu vârfurile îndreptate spre partea exterioară a corpului, în cadrul ședinței de cristaloterapie, acestea stimulează drenajul toxinelor acumulate în organul respectiv. În acest scop se ating de mai multe ori cuarțurile cu cristalul activator, impunând mental acestuia și cristalelor de cuarț respective să elimine toxinele și vibrațiile bolii acumulate în organ. Se obțin rezultate bune și prin folosirea, în locul vârfurilor de cuarț a uneia sau mai multor piramide: baza pătrată a acestui corp geometric aspiră vibrațiile negative din zona în care este pus, iar vârful le expulzează.

În privința folosirii vârfurilor de cuarț plasate sub picioare sau în palmele mâinilor (fig. 16 și următoarele), vârfurile sunt îndreptate la intrare, spre corp, respectiv pe piciorul stâng și în mâna dreaptă; la ieșire, pe piciorul drept și în mâna stângă. Dacă persoana este stângace, orientarea vârfurilor trebuie inversată. Se recomandă folosirea a trei suporți mici din material natural (ca: bucăți de lemn sau cutii de lemn răsturnate sau coșulețe de nuiele) pentru chakrele picioarelor și pe cea a coroanei, pe care așezăm vârfurile de cuarț în așa fel încât acestea să fie înălțate cu câțiva centimetri de nivelul patului sau al planului pe care persoana este întinsă: în acest fel cuarțurile se vor găsi pe axă cu chakrele.

Este de preferat să nu se permită altor persoane, în afara terapeutului, să atingă sau să manevreze pietrele ce se folosesc

în cristaloterapie, cu excepția obiectelor cu care se execută tratamentul: aceasta pentru a evita ca pietrele și cristalele să poată resimți vibrații străine. Master Choa este ferm în această privință: „De fiecare dată când cineva atinge sau manevrează un cristal, îi transferă o caracteristică proprie. O parte din energiile și caracteristicile specifice în general oamenilor se transmite la cristale în timpul procesului de extracție și de manevrare. Aceasta se numește impregnare psihică. Spre exemplu, dacă o persoană care posedă un cristal este furioasă sau pesimistă, această energie negativă se va transmite la cristal și îl va impregna. Invers, dacă o persoană este pozitivă, acea calitate pozitivă, sub formă de energie se va transmite cristalului."[92]

Atunci când un cristal este atins de un străin, putem adopta următoarea tehnică de **purificare rapidă**: concentrându-ne mental pe intenția de a purifica cristalul se suflă pe nas peste el de șase ori, învârtindu-l în timp ce se ține pe verticală între două degete (se rotește cristalul de șase ori, corespunzător numărului fețelor, în timp ce se suflă pe nas de șase ori, totul foarte repede). Se suflă numai pe nas și nu pe gură, întrucât gura descarcă energiile negative ale corpului (așadar piatra s-ar putea resimți), pe când pe nas se revarsă o energie mai curată. Evident, această metodă nu este valabilă pentru purificarea cristalului după tratamentul efectuat unei persoane, sau în cazul când cristalul a fost expus la vibrații negative de entitate mai mare decât cele reprezentate de scurtul contact cu mâinile unui străin.

• Pietrele și cristalele personale, ce sunt folosite pentru terapii destinate propriei persoane sau pentru meditație, nu trebuie purificate după fiecare utilizare, ci la perioade regulate: o dată pe săptămână, o dată pe lună, la fiecare echinocțiu sau solstițiu și așa mai departe. Excepția la această regulă o constituie purificarea necesară după fiecare utilizare a unor pietre destinate propriei persoane în terapii pentru tulburări de un anumit nivel; sau, în legătură cu acele pietre care au fost expuse în litigii, în întâmplări neplăcute și altele asemenea; sau, în fine, în cazul că sunt folosite în momente de tensiune, de depresie, de anxietate, de dureri. În aceste cazuri, purificarea sub sare sau în argilă cu o durată de cel puțin trei ore devine

92. Master Choa, op.cit., p. 16-17.

necesară; aceasta, îndeobște, poate fi substituită cu purificarea cu reiki, cu esențe uleioase sau cu tămâie.

• Pentru conservarea pietrelor și cristalelor recurgeți de regulă la containere realizate din materiale naturale: mai ales, evitați materialele plastice și metalele. Sunt bune: castroane, tăvi, cutii, casete din lemn, din nuiele, din bambus, mai degrabă netratate cu vopseluri sintetice sau similare, ori săculețe de mătase sau bumbac. Când nu folosim pietrele și nu trebuie să le transportăm este mai bine să le ținem la lumina zilei, așadar nu va fi nevoie să le închidem în casete, săculeți sau cutii; pentru aceasta o piesă de mobilier cu închizătoare (ușă) cu sticlă ar putea fi ideală, deoarece pietrele pot sta la lumina zilei și să fie văzute, dar persoanele străine nu au voie să le atingă. Ca alternativă poate fi folosită o cutiuță (casetă) de sticlă.

Referindu-se la tradiția șamanilor, unii operatori care folosesc cristale țin să efectueze periodic un „ritual de hrănire" pentru pietrele proprii, scufundându-le timp de câteva minute într-o baie de apă și tutun netratat chimic, sau în suc de tutun verde (această plantă pare a fi, într-adevăr, într-o rezonanță specifică cu cristalele); ca alternativă la tutun, alții preferă făina de porumb.[93] O astfel de procedură va fi considerată evident ciudată, dar dincolo de părerile personale nu se poate să nu fim de acord asupra valorii simbolice a acesteia ca și a altor practici de ritual: „În cele din urmă, nu este vorba să „oferim" un suc sau făină: ritualul este un mod de a le spune cristalelor că, în relația pe care o au cu noi, nu trebuie să fie numai ele care dau. De multe ori ceea ce contează mai mult într-un ritual este tocmai conștientizarea echilibrului între a da și a primi. A hrăni cristalele este, poate, modul în care șamanul recunoaște că dacă nu se dă nimic, nu se primește nimic".[94]

• Fiecare piatră este înzestrată cu proprietăți specifice și-și aduce contrubuția specială în cadrul ședinței de cristaloterapie. În afara acestor proprietăți, în tratamentele mai simple este posibilă uneori folosirea pietrelor fără a cunoaște în detaliu indicațiile particulare ale acestora; în termeni generici, ceea ce contează este **alăturarea între culoarea pietrei și culoarea chakrei**. Acest lucru nu trebuie totuși să conducă la

93. cfr. Wind-Reed, op.cit., p. 156.
94. ibidem

folosirea cu ușurință a pietrelor și cristalelor, deoarece astfel de instrumente, când sunt bine purificate și activate pun în mișcare energii de care cea mai mare parte a oamenilor nu este conștientă: fie că se operează sau se experimentează pe propria persoană, fie că se face aceasta asupra altora, este de o importanță fundamentală faptul de a fi mereu în măsură să ne asumăm acțiunile proprii.

• Este recomandabil, de regulă mai ales în cazul unei persoane care are probleme mari de rezolvat, să începem tratamentele de cristaloterapie cu patru ședințe de aproximativ o oră, una pe zi, de regulă una după alta în patru zile consecutive: aceasta pentru a efectua o masivă punere în mișcare a vibrațiilor negative prezente în corpii subtili și pentru a proceda la un prim reechilibru al acestora. După care se poate continua timp de 2-4 săptămâni cu câte două ședințe săptămânal, apoi cu o ședință pe săptămână.

Amintim că în cristaloterapie ca și în alte discipline holiste, întrucât nu se are în vedere suprimarea simptomelor ci se caută să se ajungă la cauzele acestora în planurile subtile, nu este bine să ne așteptăm la rezultate instantanee: în unele cazuri efectele vor putea fi rapide, în altele va trebui să așteptăm multe săptămâni înainte de a avea răspunsuri evidente. Deși eficacitatea ședințelor depinde în largă măsură de capacitățile terapeutului, efectele oricărui tratament, înainte de a fi perceptibile pe corpul fizic, vor trebui stabilizate pe diferitele straturi ale aurei.

11. APELE ENERGIZATE ȘI ELIXIRURILE

Un aspect interesant al terapiei cu cristale îl reprezintă prepararea de ape energizate și elixiruri de administrat pe cale orală sau de aplicat local pe chakre sau pe zonele afectate patologic. O acțiune generalizată de reechilibrare energetică se dezvoltă chiar și într-o cadă cu apă în care au fost puse pietre timp de câteva ore.

Principiul ce se află la baza unor astfel de tehnici terapeutice este același cu cel descris când am vorbit de câmpurile aurei și de energiile vibraționale: ca și în cazul homeopatiei și al remediilor lui Bach, componenta de aură a substanței de început sau a florii, adică informația vibrațională iese în evidență prin procedee specifice (diluare și dinamizare în cazul homeopatiei; infuzie solară sau fierbere în cazul florilor lui Bach) și legată de vehiculul inert (apa, granule de lactoză, soluție hidroalcoolică), devenind astfel disponibilă pentru absorbire sublinguală sau pentru aplicare locală (externă). Un procedeu analog este adoptat pentru prepararea apelor sau elixirurilor (soluții hidroalcoolice) în măsură să vehiculeze energiile pietrelor și cristalelor. Deși în literatură sunt redate modalități ușor diferite pentru obținerea elixirurilor de cristale, oricare ar fi tehnica folosită acțiunea unor astfel de preparate poate fi rezumată în modul următor: „elixirurile cristalelor acționează asupra corpilor subtili și îndeosebi asupra corpurilor eterice. Frecvența lor vibrațională penetrează sistemul energetic al ființei umane prin poarta chakrelor pentru a susține forțele de vindecare. Acestea au tot atâta putere ca și pietrele înseși."[95]

Remediile lichide astfel obținute constituie o integrare valabilă a ședințelor de cristaloterapie: mai întâi se poate recomanda angajarea persoanei obiect al tratamentului în a-și continua acasă, singură, stimularea energetică referitoare la problemele cu care se confruntă; în al doilea rând, câteva picături din astfel de remedii (îndeosebi elixirurile) pot fi aplicate local pe piele, cum se face și cu florile lui Bach pentru a promova reechilibrarea chakrelor, fie înainte de poziționarea pietrelor în ședință, fie după, pentru stabilizarea efectelor obținute prin

95. Tonossi, op.cit., p. 16.

ședință. În cazul patologiilor dermatologice și al durerilor ce apar în unele zone ale corpului, spălarea sau aplicarea împachetărilor cu remedii ce conțin mesajul energetic al pietrei adecvate duc la ușurare și servesc drept complement terapiilor de alt tip.

Să vedem, așadar, cum putem potența un vehicul lichid cu energia pietrelor și cristalelor.

Procurați-vă un recipient de sticlă albă perfect transparent, ca spre exemplu: un castron, o cupă, un pahar, o cană. Capacitatea recipientului trebuie să fie evaluată în funcție de intensitatea energiei cu care piatra va încărca apa: aceasta înseamnă că, dacă folosim o piatră mică într-un recipient mare, va trebui să prelungim durata scufundării pietrei cu un număr de ore diferit, astfel încât apa să absoarbă mesajul vibratoriu într-un mod suficient de intens. Dacă, dimpotrivă, folosim o piatră de dimensiuni mai mari într-un recipient mic, ce conține puțină apă, sau recurgem la un anumit număr de exemplare din aceeași piatră pentru a le scufunda în același recipient, intensitatea energiei cu care se va încărca apa va fi suficientă într-un interval de scufundare de aproximativ trei ore. Proporțiile recomandabile sunt următoarele:

– O piatră de 2-3 cm lungime, într-un pahar de bucătărie normal.

– Câteva exemplare din aceeași piatră (cel puțin trei), fiecare de câte 2-3 cm lungime, într-un recipient ce poate conține echivalentul a 3-4 pahare de apă.

– O piamidă realizată cu piatra sau cristalul ce ne interesează: întrucât forma piramidei constituie prin ea însăși un acumulator și un generator de energie, chiar și o piramidă de dimensiuni reduse reușește să încarce suficient un litru de apă în aproximativ trei ore.

– Unul sau mai multe cristale de cuarț prevăzute cu vârfuri sau chiar o druză, reușesc să energizeze apa cu o putere oarecare: se recomandă totuși să nu se depășească cantitatea de 1-2 litri de apă (după dimensiunea cristalelor sau a druzei) și de a perlungi scufundarea timp de 1-3 ore.

Recipientul, fie el un pahar sau un castron, trebuie să fie pe cât posibil fără decorațiuni, desene sau incluziuni și lucrături specifice: se vor folosi, așadar, recipienți cu suprafețe plane,

neutre, deoarece „forma determină energia" iar noi dorim ca în apă să treacă numai vibrația pietrei, fără adaosuri ulterioare ce pot fi determinate de desenele sau formele geometrice prezente pe suprafețele recipientului. Pentru cei ce-și pot permite, un castron sau un recipient realizat în întregime din cuarț transparent natural (faimosul cristal de stâncă) este tot ce poate fi mai bun spre folosință: cu un instrument ca acesta se poate încărca apă și fără a mai pune și alte pietre, profitând numai de energia purificatoare și de dinamica cuarțului. Dacă însă vrem să obținem un remediu încărcat cu vibrația unei anumite pietre, castronul din cristal de rocă va potența calitatea energiei care se transformă în apă.

Pietrele folosite sau piramidele trebuie să fi fost purificate și activate în prealabil; înainte de a le scufunda se va proceda la spălarea lor sub un jet de apă curentă iar, pentru a înlătura eventualele urme de praf sau murdării se va folosi un săpun neutru având grijă să le clătim foarte bine. Pe lângă alte pietre „cernute" se pot folosi geme tăiate, numai să nu fie încastrate în inele sau montate pe metale, sau alți suporți. Acordăm, evident, atenție faptului de a nu utiliza pietre colorate prin procedee artificiale. Nu se recomandă, apoi, să ne folosim de pietrele ce sunt destinate ședințelor de cristaloterapie: este mai bine să le ținem pe acestea separat de cele destinate preparării remediilor lichide sau uzului personal.

În afară de recipient, este necesar un capac de sticlă, un mic platou sau o mică placă din același material și acestea lipsite de incluziuni sau decorațiuni. Capacul, platoul sau placa împiedică praful și alte asemenea impurități să se depoziteze în apă pe durata intervalului de timp în care se prepară remediul. Nu este necesar ca recipientul și capacele să fie sterilizate, este de ajuns să fie perfect curățate cu un detergent de vase și cu apă caldă.

Se umple recipientul cu apă de izvor sau cu o apă minerală bună negazoasă, apoi se poziționează pietrele, cristalele sau piramidele pe fundul acestuia, se acoperă și se expune câteva ore pe pervaz, pe terasă sau în grădină, direct la razele soarelui. După cum am spus anterior în legătură cu activarea pietrelor și cristalelor, cel mai bun moment îl constituie orele dimineții, într-o zi senină caracterizată de o bună emanație

solară, iar durata expunerii să fie de cel puțin trei ore (un procedeu asemănător este urmat pentru obținerea remediilor florale ale lui Bach prin intermediul expunerii la soare). Dacă avem în vedere ca remediul să aibă calități vibraționale de tip yin, chiar dacă expunem recipientul la lumina directă a soarelui, îl expunem și la radiațiile lunare, în modalitățile specificate la paragraful referitor la activarea pietrelor și cristalelor.

În momentul în care ne apucăm să preparăm remediul și pe întreaga durată a procesului este oportun să menținem o stare sufletească senină și detașată, pentru a evita ca formele-gânduri negative să fie captate de apa în care se transferă energiile pietrelor. Se va căuta, în plus, să se acorde atenție faptului ca nici o umbră (de clădire, de copac, de animal sau de om) să nu cadă pe recipient pe întreaga durată a expunerii la soare. În fine, un alt fapt inteligent pentru a îmbunătăți calitatea energiei ce este transferată în apă constă în așezarea recipientului de sticlă pe un suport de lemn, pe pământ sau pe iarbă, nu pe ciment. Evităm cu orice preț o eventuală bază de metal sau plastic.

După trecerea timpului stabilit, se scot pietrele din recipient (în acest scop este bine să ne folosim de o lingură de lemn sau de alt material natural, sau doar de degete, evitând cu orice preț metalul și materialele plastice) și se folosește apa energizată în două modalități, astfel:

1. Se bea întreaga zi, vărsând-o din când în când într-un pahar și menținând fiecare sorbitură în gură timp de câteva secunde pentru a facilita absorbirea sublinguală.

2. Se varsă apa într-o sticlă sau într-un flacon potrivit și se adaugă 1/3 de brandy sau de coniac: de exemplu, dacă am preparat 750g de apă energizată, se adaugă 250g de brandy pentru a avea aproximativ un litru de lichid. Se va avea grijă să nu se umple de tot recipientul, puțin spațiu trebuie să rămână pentru ca, agitând lichidul, să se poată amesteca. Se astupă containerul (de preferat un dop de plută sau de sticlă) și se execută o sută de agitări manuale pentru stabilizarea remediului. Flaconul sau sticla, închis ermetic se ține cu putere în mâini și se agită ritmic, cu mișcări regulate, pe direcție verticală, numărând până la o sută. Apoi se îmbuteliază lichidul în flaconașe de sticlă de culoare închisă prevăzute cu dop ermetic cu pipetă

pentru numărat picăturile (ce se găsește în farmacii): flaconașul de sticlă închisă la culoare, de regulă maro, este necesar în scopul de a filtra „lumina străină (mai ales cea artificială) ce poate absorbi energia esenței conservate."[96] Pentru a efectua cum trebuie îmbutelierea, se recomandă să se recurgă la o pâlnie de sticlă nu prea mare, perfect curățată. Un astfel de remediu se conservă pe timp nedeterminat, din cauza alcoolului și se administrează pe cale orală, lăsând să cadă cel puțin zece picături sub limbă, folosindu-ne de pipeta flaconașului. Se repetă administrarea de patru ori pe zi, având grijă să ținem picăturile în gură cel puțin treizeci de secunde, înainte de a le înghiți. Atenție să nu atingem pipeta cu limba sau cu buzele, pentru a nu contamina remediul. În plus, înainte de a lua picăturile este recomandabil să agităm energic flaconul: „această mișcare menține activă energia și împiedică să devină stătută când nu este folosită."[97]

După prepararea remediului, pietrele folosite vor trebui clătite sub jet de apă rece câteva minute pentru a le regenera parțial; se vor putea folosi aceleași pietre pentru prepararea altor ape energizate în zilele următoare, însă, după ce ne-am folosit de aceeași piatră cel mult de șapte ori consecutiv, va trebui să trecem la regenerarea ei prin îngropare timp de una sau trei zile.

Pentru prepararea unui elixir se operează în modalitățile descrise mai sus dar ne servim de un vehicul constituit de o soluție hidroalcoolică, adică un amestec de apă și brandy sau coniac în părți egale (50% apă, 50% brandy). Apoi, nu se expune recipientul la soare sau la lună și se prelungește scufundarea pietrelor timp de 21 de zile. Este un procedeu analog cu cel prin care se obțin tincturile-mamă homeopate: datorită timpului îndelungat de contact dintre pietre și lichid se realizează nu numai ceea ce făcea acțiunea catalizatoare a soarelui sau a lunii, dar se și obține un remediu bine energizat, ce se poate conserva în această stare pe o perioadă îndelungată, prin prezența alcoolului. Cât despre recipientul de folosit, rămâne valabil tot ce am spus mai înainte: totuși, este de preferat ca sticla să nu fie albă, ci maro, deoarece potrivit acestei practici se lasă

96. Ted Andrews, *Manuale pratico del guaritore. Guida alle terapie vibrazionali*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1998, p. 173.

97. ibidem

soluția hidroalcoolică să se odihnească la întuneric, încât sticla maro asigură o ecranare a surselor de lumină nedorite. Recipientul ce conține cristalele sau pietrele (este mai bine să punem mai multe exemplare), umplut cu amestecul de apă și brandy sau coniac în părți egale, se acoperă cu un capac potrivit sau o tăviță și se pune la întuneric într-un loc rece și liniștit, departe de sursele de influențare electromagnetică (televizor, computer, aparate stereo, telefoane mobile). Un lăcaș ideal ar fi în interiorul unei piese de mobilă; dacă se preferă plasarea într-o pivniță sau un loc subteran, amintim că praful, murdăria, dezordinea, grămezile de lucruri și materiale atrag energiile negative. După o perioadă de 21 de zile, se scot pietrele, se stabilizează elixirul prin tehnica celor 100 de smucituri și se îmbuteliază în flaconașe prevăzute cu pipete de numărare a picăturilor. În momentul administrării se ia un pahar și se varsă în el 1-2 degete de apă minerală negazoasă; apoi se adaugă 30-50 picături de elixir și se soarbe în 3-4 rânduri, având grijă să menținem lichidul în gură cel puțin 30 de secunde înainte de a-l înghiți. Posologia medie, asemănătoare celei recomandate pentru tincturile-mamă fitoterapeutice, este de 90-120 picături pe zi în 2-3 administrări, dacă ciclul terapeutic este adresat unor tulburări cronice și este prevăzută o perioadă lungă de administrare (peste o lună); altfel, în cazul tulburărilor acute, este suficient să creștem frecvența zilnică a administrărilor (5-7 ori pe zi) diminuând cantitatea de picături pentru fiecare administrare (20 de picături sunt suficiente).

Întrucât elixirurile de pietre, spre deosebire, spre exemplu, de o tinctură derivată dintr-o plantă medicinală, sunt remedii vibraționale care conțin informații energetice și nu molecule fizice, nu au acele riscuri de toxiciate ce pot fi găsite la alcaloizi sau la principiile active vegetale; așadar, posologia poate fi variată și adaptată la cazul specific: dacă se apreciază oportun, este posibil să administrăm chiar o cantitate de picături mai mare față de cea indicată. Amintim, însă, că este important faptul de a menține câtva timp lichidul în gură înainte de a-l înghiți, încât să aibă loc absorbirea sublinguală.

Recurgând la remediile lichide descrise mai sus în alăturare/combinație cu ședințe regulate de cristaloterapie se vor putea obține foloase în cazul unor tulburări acute în timp scurt;

în cazul tulburărilor cronice, este clar că trebuie repetate cicluri terapeutice succesive, fiecare de cel puțin 2-3 luni, cu intervale de pauză între cicluri de 15-20 zile.

Când se recomandă elixiruri sau ape energizate, ca și în cazul ședințelor de cristaloterapie, este bine să informăm persoanele care sunt obiect al tratamentului despre posibilitatea manifestării a așa-zisei „agravări terapeutice". La fel cum se întâmplă uneori în domeniul altor terapii vibraționale, ca homeopatia și floriterapia, în zilele următoare începutului curei, subiecții pot resimți o reacutizare a simptomelor și a problemelor de care suferă: o astfel de agravare aparentă nu trebuie să ne înspăimânte, ci să fie interpretată ca un semnal pozitiv al reacției organismului față de terapie. Aceasta indică faptul că în planul subtil căruia îi corespunde pe planul fizic sau mental boala sau starea emoțională problematică, se mișcă vibrațiile alterate fiind în curs ori un drenaj al toxinelor acumulate, ori o stimulare a capacităților de autovindecare: e ca și cum organismul ar fi împins să accelereze patologia de care suferă încât să se elibereze de ea complet.

De obicei agravări similare nu au durată lungă: se pot prelungi pentru câteva zile și, ca atare, va fi oportun să se decidă caz pentru caz dacă se intervine cu vreo modalitate terapeutică sau dacă, mai curând, se așteaptă ca reacutizarea tulburării să dispară singură, evaluând la termen condițiile persoanei. Oricum, pe durata eventuală a agravării terapeutice, va trebui înainte de toate să căutăm să liniștim persoana, sugerându-i să dedice mai mult timp odihnei și incitând-o să mențină o stare sufletească senină care să nu împiedice procesul în curs.

Nota bene: se recomandă în mod deosebit să nu se prepare ape energizate și elixiruri de azurit și realgar, întrucât aceste minerale – în special realgarul – pot fi toxice pentru uz intern.

12. CENTRAREA TERAPEUTULUI

Centrarea este un act peste care nu se poate trece, care se efectuează înainte de fiecare ședință terapeutică cu pietre și cristale. Datorită acesteia terapeutul intră în contact cu energiile proprii de vindecare și se pune într-o stare mentală adecvată delicatei operațiuni pe care o întreprinde. Pe durata centrării sunt contactate energiile pietrelor și, în plus, este creată o ecranare, o barieră de protecție pentru terapeut, care va evita astfel să se resimtă prin expunerea la vibrațiile negative emise de persoana pe care o tratează.

În intervalul de timp în care terapeutul se ocupă de centrarea sa, persoana ce se tratează stă destinsă pe pat și se relaxează și ea.

Procedeu

1. Așezați-vă comod cu șira spinării dreaptă și umerii îndreptați spre Nord, ținând în mâini cristalul activator și eventual o piatră sau un cristal personal care are pentru voi o semnificație particulară.

2. Încercați o relaxare a diferitelor părți ale corpului: cap, gât, umeri, maxilare, șira spinării, abdomen, brațe, gambe. Căutați să simțiți cum sunteți susținuți de către coloana vertebrală care se înfige în pământ. Eliberați-vă mintea de gânduri.

3. Duceți mâinile cu cristalul activator la înălțimea inimii. Gândiți-vă la Terra și imaginați-vă coborând în adâncul acesteia până în centru; vizualizați niște corzi aurite care vă țin ancorați în centrul Pământului, simțiți energia acestuia care se revarsă înăuntrul vostru, care trece peste prima chakra și vă umple tot corpul. Lansați o expirație către centrul Pământului.

4. Gândiți-vă la Cer și repetați același tip de cerere de energie: vizualizați o lumină aurie care vine din Cer și se revarsă peste voi, formând un con ce coboară, vă înconjoară și vă protejează. Lansați o expirație către Cer și vizualizați energia Cerului ce intră înăuntrul vostru de la chakra a șaptea și se topește în chakra a patra, a inimii, împreună cu energia Pământului.

5. Menținând starea de pace, de dragoste și sensibilitate atinsă astfel, reveniți la realitate și începeți ședința de cristaloterapie.

După ce v-ați familiarizat cu acest procedeu, îl veți putea executa în câteva minute. Întrucât faza de centrare constituie și un moment de rugăciune, redăm mai jos un exemplu de invocare potrivită pentru chemarea energiilor de vindecare: o astfel de invocare va putea fi recitată mai degrabă la sfârșitul fazei de centare, înainte de începerea ședinței de cristaloterapie.

Invoc Puterile cele mai înalte ale Luminii și Cristalelor
pentru ca ele să acționeze asupra (*numele persoanei*)
prin intermediul meu.
Invoc Entitățile de Vindecare, invoc pe Maeștrii și pe
Ghizii Spirituali, atât ai mei, cât și ai (*numele persoanei*)
pentru ca să fie prezenți în mijlocul nostru și să ne
asiste în cadrul terapiei.
Invoc esența cea mai autentică a (*numele persoanei*), ca să se manifeste și să transmită inimii și minții acestuia tot ce are nevoie pentru a atinge înțelegerea, limpezimea și vindecarea.

Dacă ne aflăm într-o situație în care avem puțin timp la dispoziție pentru a executa centrarea după sistemul descris mai sus, recurgem la o centrare rapidă cerând numai energiei Pământului (pietrele și cristalele fiind creații ale Terrei). Se vizualizează energia care urcă în noi prin prima chakra, umplându-ne de pace și dragoste, până la chakra a patra, după care se poate proceda la desfășurarea ședinței.

13. ȘEDINȚA DE CRISTALOTERAPIE

Începerea în care se desfășoară tratamentele

Este important mai întâi să ameliorăm calitatea energetică a camerei în care se țin tratamentele de cristaloterapie. Camera trebuie să aibă o temperatură echilibrată (nici prea cald, nici prea frig): deschideți ferestrele înaintea fiecărei ședințe încât să se schimbe aerul și să evitați o atmosferă de spațiu închis. Mențineți camera curată și ordonată, deoarece energia psihică negativă tinde să se adune în jurul dezordinii și al confuziei.

Afumați periodic camera prin arderea frunzelor uscate de salvie (cel mai bine este după fiecare tratament) pentru a realiza o purificare a ambientului. În locul salviei se poate recurge la tămâie și uleiuri esențiale (recomandate: tămâia din lemn de santal și ulei-esență de lavandă).

Se atârnă de pereți tablouri sau postere care transmit senzații de pace, liniște, relaxare, precum și imagini ale maeștrilor spirituali în mod deosebit îndrăgiți și orice alte imagini sacre ce se apreciază oportune. Se va recurge la o sursă de lumină acoperită încât camera să fie într-o ușoară penumbră, preferându-se lămpi cu incandescență celor cu neon sau similare, deoarece acestea din urmă creează un tip de lumină nenaturală.

Flori proaspete (se vor schimba cu regularitate de îndată ce încep să se ofilească) și plante sănătoase contribuie la sporirea vibrațiilor pozitive. Nu expuneți flori uscate, care emit vibrații de moarte, nici bonsai, ce reprezintă o creștere forțată și o constrângere. Pentru sistematizarea optimă a camerei de terapie, se va consulta și un bun manual de feng shui.

Cei care au nivelul al doilea de reiki, înainte de fiecare ședință terapeutică pot trasa Primul Simbol, vizualizându-l ca o lumină aurie, pe fiecare perete al camerei, pe dușumea și pe tavan, repetând de trei ori, imediat după o trasare, numele Simbolului și încheind cu fraza: „Binecuvântez această cameră cu puterea Luminii". Un simbol antic, de vindecare, de origine

tibetană, numit Antahkarana[98], poate fi pus sub pat sau sub perna pe care persoana ce se tratează își va pune capul: se recomandă să fie desenat cu mâna pe o bucată de hârtie, folosind o cerneală de culoare verde sau violetă, apoi se pune bucata de hârtie într-un pliculeț sau un săculeț de bumbac sau altă țesătură naturală (pentru ca simbolul să nu poată fi văzut de nimeni) și se așază cum am spus mai sus.

Materialul necesar

– Un pendul din material natural, cu vârf și simetric față de axa centrală.
– Pietrele și cristalele din trusa proprie
– Cristalul activator
– Uleiuri-esențe și/sau tămâie de ars
– O candelă de culoare albă, verde sau violet (alb = culoarea păcii și seninătății; verde = culoarea vindecării ce vine de la inimă; violet = culoarea purificării și spiritualității).
– Un recipient de sticlă suficient de mare, pe fundul căruia este pus un strat gros de sare grunjoasă: în acest recipient se vor canaliza energiile negative ale persoanei, fiind folosit și pentru depunerea pietrelor la sfârșitul ședinței de cristaloterapie.
– Muzică de relaxare, pe fundal, discretă.

Procedeu

Persoana care se tratează trebuie să fie întinsă cu abdomentul în sus, în stare de relaxare, cu picioarele la Sud și capul la Nord (aliniere cu axa magnetică terestră). Picioarele ușor depărtate, la fel și brațele; nu este obligatoriu să se pună pietrele pe piele, deci se poate menține îmbrăcămintea: se recomandă, totuși, haine din țesături naturale ușoare și comode, care nu strâng, ca de exemplu o pijama din bumbac sau un combinezon/salopetă, ori o cămașă și pantaloni deoarece tricourile/puloverele de lână și îmbrăcămintea prea grea pot

98. Pentru imaginea și descrierea acestui simbol a se vedea: Diane Stein, *Il libro del Reiki. I principi teorici e le applicazioni pratiche dell'antico metodo di guarigione orientale*, Milano, Pan-Armenia, 1997, p. 192-193)

diminua sensibilitatea la greutatea pietrei și împiedica energiile. Este bine să se evite hainele din materiale sintetice și cele cu fermoare, mai ales dacă acestea se găsesc pe axa centrală a toracelui sau în alte zone în care vor fi poziționate pietrele. Slate recunoaște importanța folosirii fibrelor naturale: „Cercetările noastre au descoperit că efectele îmbrăcămintei asupra aurei pot fi atât pozitive cât și negative, după natura țesăturii și interacțiunea noastră cu ea. Chiar dacă nivelele de sensibilitate la fibră variază de la persoană la persoană (și de la aură la aură), fibrele naturale, respectiv bumbac, mătase, lână, in și combinațiile lor tind să stimuleze și să adauge luminozitate aurei, pe când fibrele sintetice și combinațiile lor să o restrângă și să o tulbure."[99]

Pe durata ședinței, prin efectul relaxării, persoana ar putea simți o senzație de frig: veți avea la îndemână o pătură și, când este absolut indispensabilă, o veți folosi. Îndeobște este recomandabil să se acopere subiectul înainte de poziționarea pietrelor, pentru a nu le ascunde de vederea operatorului care lucrează concentrându-se asupra lor. Persoana, în schimb, trebuie să-și scoată toate metalele ca: inele, brățări, coliere, centuri și ceas.

Înainte de a începe, terapeutul o întreabă pe persoană dacă suferă de tulburări deosebite, eventual referitoare la zone specifice ale corpului; aceasta în scopul de a pune anumite pietre potrivite pe acele zone, chiar în afara chakrei, și pentru a se concentra asupra acelor puncte pe durata ședinței. În plus, invită persoana să îl informeze ori de câte ori, pe parcursul ședinței, apar senzații neplăcute, atât emoții, cât și altele, chiar în legătură cu zonele pe care sunt așezate pietrele.

Terapeutul nu trebuie să se îndepărteze de persoană pe întreaga durată a ședinței, nu trebuie să fie deranjat de telefon sau de altceva. Ședința are o durată variabilă, în general nu mai mult de șaizeci de minute.

După ce a efectuat centrarea intrând în contact cu energiile proprii de vindecare, terapeutul ia pendulul și controlează chakrele pacientului. Plecând de la prima chakra și până la a șaptea, terapeutul stabilește care dintre chakre au o mișcare nearmonioasă. O chakra activă și armonioasă răspunde la pendul

99. Slate, op.cit., p. 153.

cu o mișcare de rotație în sens orar: cu cât mai amplu este cercul, cu atât mai mare este cantitatea de energie care trece prin chakra (a se vedea tabelul „Citirea chakrelor cu ajutorul pendulului"). Această verificare servește pentru a ne da seama care chakre sunt dezechilibrate și, ca atare, de câte și de care pietre ne vom folosi pentru fiecare, cât și de necesitatea de a ne concentra mental asupra acelor chakre pe durata ședinței, după poziționarea pietrelor, încât să trimitem energia de vindecare în punctele care au nevoie de ea în cea mai mare măsură.

Cum am spus deja, practica comună de a trata numai chakrele anterioare nu constituie o alegere chibzuită pentru cei ce doresc să se ocupe de un pacient în totalitatea sa. Este, așadar, oportun să testăm și cele cinci chakre posterioare, iar dacă acestea au o mișcare nearmonioasă vor trebui efectuate tratamente de reechilibrare punând pietrele pe partea din spate a corpului. În acest scop, se pot alterna ședințele dedicate chakrelor anterioare cu cele destinate chakrelor posterioare, sau se va alege împărțirea ședinței în două momente terapeutice, primul cu referire la vârtejurile anterioare, al doilea finalizat pe vârtejurile de pe patrea din spate a corpului. După ce au fost ridicate pietrele utilizate pe partea din față, pacientul va trebui să se întoarcă, iar terapeutul va proceda la așezarea acelorași pietre, sau a unei serii de exemplare noi de-a lungul liniei coloanei vertebrale și pe vârtejurile din spatele gâtului și al corpului.

O dată terminat examenul chakrelor, terapeutul pune pendulul la locul lui și ia cristalul activator: plecând de la prima chakra, execută asupra fiecărui centru energetic șapte rotații rapide, în sens orar, în timp ce efectuează și o expirație. Fiecare chakra este supusă la șapte rotații ale cristalului activator și, în același timp cu desfășurarea acestei tehnici cu fiecare vârtej energetic, se efectuează o expirație, având grijă să expulzați aerul pe nas, nu pe gură. Aceasta servește la reechilibrarea momentană a chakrelor făcându-le receptive la energia pietrelor.

Apoi terapeutul dispune pietrele, anterior purificate și activate, plecând de la prima chakra (două pietre de același fel pe zon inghinală, până la a șaptea chakra (vârful capului); piatra va fi așezată pe un mic suport din material natural, aproape de părul capului). Pe durata acestei faze de poziționare a pietrelor,

terapeutul îl poate invita pe pacient să vizualizeze o lumină albă care se revarsă în corpul său, pe măsură ce fiecare piatră este așezată și un fum gri iese din nas și din gură la fiecare expirație. Acest fum constituie eliminarea toxinelor fizice și psihice: tulburări, boli, anxietăți, preocupări, neplăceri, stres, oboseală.

În poziționarea pietrelor, nici o chakra nu trebuie să rămână neglijată. În ședințele de cristaloterapie mai avansate se pun câte două pietre pe chakre și pe zonele corpului situate între chakre (spre exemplu, cuarțuri biterminate), dar fiecare chakra trebuie să aibă cel puțin o piatră, pentru a nu crea dezechilibre energetice.

Terapeutul ia cristalul activator și, plecând de la prima chakra, atinge ușor câte o dată fiecare piatră cu vârful cristalului, în timp ce efectuează o expirație. Contactul cristalului cu piatra, împreună cu expirația, servește la activarea pietrei: de la prima până la a șaptea chakra toate pietrele, una după alta, trebuie să fie atinse. Atunci când este vorba de o ședință în care sunt prevăzute spre folosire mai multe pietre, activarea fiecăreia poate fi executată într-un mod mai rapid, evitând, totodată, să deranjăm starea de relaxare a persoanei cu loviturile activatorului; ne concentrăm pe o chakra în același timp cu pietrele ce sunt așezate pe ea, vizualizând o rază aurie care ieșind din al treilea ochi traversează activatorul suspendat pe chakra și din vârful acestuia se răspândește pe fiecare piatră, în timp ce se efectuează expirația și se repetă în minte că „toate pietrele de pe acea chakra sunt activate". Este, însă, posibil să reunim într-o procedură unică cele două momente, respectiv al reechilibrării temporare a chakrelor prin cele șapte rotații ale activatorului, precum și cel al activării pietrelor; în acest scop, după examinarea centrilor energetici cu ajutorul pendulului, așezăm toate pietrele pe care le considerăm adecvate și cu cristalul activator executăm cele șapte rotații rapide pe fiecare chakra, vizualizând raza aurie care acoperă cristalele și repetând în minte afirmația de activare.

Dacă în timpul ședinței o piatră se rostogolește de pe propria poziție, ea va fi recuperată și repusă la locul destinat; totuși, dacă după câteva tentative de reașezare ea continuă să alunece, este de preferat să o lăsăm acolo unde s-a rostogolit,

până la terminarea ședinței, reflectând asupra a ceea ce poate însemna acest fenomen: hainele și respirația persoanei sunt piedici în poziționarea pietrei pe acea parte a corpului, sau piatra nu este adecvată cazului pe care îl tratăm, ori nu a fost poziționată exact în punctul necesar pentru efectul terapeutic pe care vrem să-l obținem.

Cristalul activator se așază în apropierea patului, terapeutul se așază lângă pacient și, cu mâinile deschise și întinse, trece la mângâierea aurei, încercând să împrăștie energiile pietrei, în timp ce în minte se concentrează pe vindecarea subiectului: se poate ruga, poate invoca ghidul spiritual, activa reiki sau poate efectua orice tehnică aptă să ajute energiile cristalelor. În particular, cei care operează cu reiki sau cu tehnici energetice similare sunt avantajați în folosirea pietrelor și cristalelor, întrucât cristaloterapia se împacă bine cu aceste discipline.

Pe durata mângâierii aurei (sau pe durata punerii mâinilor pentru reiki sau pranoterapie), terapeutul trebuie să caute să perceapă zonele câmpului energetic care prezintă alterări; aceste alterări pot fi semnalate de furnicături, senzații de prurit sau impresie de cald/frig. Cât despre aceste din urmă senzații, în general s-a acceptat convenția următoare:

– cald → perzența unui dezechilibru energetic acut, care va putea fi asanat în timpi relativ scurți;

– frig → prezența unui dezechilibru energetic cronic, adică de dată mai veche, care va necesita multe ședințe și probabil uzul unor terapii integrate (florile lui Bach, pe piele sau pe cale bucală, ape energizate, fitoterapie sau orice altă terapie pe care terapeutul o stăpânește).

În afară de mângâierea aurei sau de transmiterea reiki, terapeutul face uz de cristalul activator, ținându-l într-o mână[100] și punându-l la 1-2 cm distanță de chakre sau de alte puncte ale corpului la care percepe alterări. Pentru câteva minute, el îi va impune mental cristalului să radieze vibrații de vindecare și va vizualiza un fascicul de energie luminoasă care, prin cristal este îndreptată spre punctul ce ne interesează. Apoi, pot fi îndreptate spre cristalul activator gânduri de vindecare sau comenzi referitoare la mișcarea vibrațiilor negative, fiind atenți să nu folosim fraze ce conțin negații.

100. În general mâna dreaptă dacă terapeutul nu este stângaci; în cazul pranoterapiei, mâna cu care se ține cristalul este **mâna ce radiază**.

Dacă pacientul se plânge de senzații nepăcute, de o senzație de apăsare sau altele asemenea într-o zonă a corpului unde sunt puse pietre, îl întrebăm dacă aceste senzații sunt ușoare, suportabile sau supărătoare: în acest din urmă caz, se mișcă numai pietrele în cauză înlocuindu-le cu ambră, malahit sau turcoază (indiferent de zonă sau de chakra) și se continuă ședința; se amintește să se studieze zona sau chakra unde s-a produs senzația de supărare și să se discute despre aceasta cu pacientul la sfârșitul ședinței. Se poate folosi și cristalul activator pentru executarea a 21 de rotații rapide în sensul invers al acelor de ceasornic pe zonă sau pe chakra, impunând în minte cristalului să miște toate energiile negative prezente în acea zonă. Zonele unde se produc senzații de neplăcere pot fi tratate toate cu cristalul activator, executând de mai multe ori cele 21 de rotații în sens antiorar. Când folosim activatorul pe o chakra în sens antiorar, se scoate energia din chakra și se stimulează eliminarea vibrațiilor negative; când acesta se folosește în sensul orar se încarcă chakra și se energizează. Înainte de terminarea ședinței, dacă zona de neplăceri a fost tratată cu cristalul activator în sensul antiorar și dacă această zonă corespunde unei chakra, va fi oportun să executăm cele 21 de rotații rapide în sens orar, încât să repunem în echilibru chakra cu mișcarea ei regulată.

O altă tehnică de creștere a energiei și de răspândire mai bună a ei constă în angajarea cristalului activator pentru legarea între ele a tuturor pietrelor utilizate cu pacientul, executând mai multe rotații în sens orar pe fiecare piatră și așezând cristalul pe pietrele învecinate pentru a le uni cu un flux continuu. În plus, se folosește în mod repetat activatorul în sens vertical de-a lungul liniei mediane a corpului pe care se găsesc chakrele, cu scopul de a favoriza fluxul de energie: dacă pacientul are nevoie să fie mai tare înrădăcinat, se pleacă de la a șaptea chakra și se trece cristalul spre abdomen, de câteva ori; dacă pacientul trebuie să fie energizat pe planurile mai subtile și vrem să-i potențăm facultățile mentale, vom executa aceeași mișcare, dar plecând de la prima chakra pentru a ajunge la a șaptea.

Întrucât, după cum am afirmat deja, gândirea este și ea o formă de energie care se pretează a fi înmagazinată, amplificată și

transmisă prin folosirea cu bună știință a cristalelor, orice gând de vindecare sau orice intenție adresată redresării vibrațiilor defazate constituie o posibilitate în plus pentru realizarea rezultatului terapeutic.

Este posibil să folosim cristalul activator ca mijlocitor între gând și fiecare piatră așezată pe corp; ținându-l suspendat la câțiva centimetri distanță de piatră, ne vom concentra pe proprietățile terapeutice ale acesteia și vom vizualiza gândurile de vindecare care, ieșind din cel de al treilea ochi al nostru, trec în activator sub formă de energie și se revarsă în piatră. În felul acesta se va comanda pietrei să-și dezvolte cât mai mult proprietățile, să colaboreze la buna reușită a ședinței și să-și execute atribuțiile ce i-au fost încredințate.

Dacă am pus cuarțuri prevăzute cu vârfuri în jurul corpului sau de-a lungul picioarelor, al toracelui și al gâtului, putem mângâia aura cu mișcări hotărâte urmând direcția vârfurilor cuarțurilor, vizualizând în același timp un flux de energie ce este dirijat și amplificat de către cristale. Orientarea vârfurilor cuarțurilor va fi în general spre cap pe partea dreaptă a corpului (energii la intrare) și spre picioare pe partea stângă (energii la ieșire); dacă subiectul este stângaci direcțiile se inversează. Pentru a efectua mângâierea, ne folosim de mâini sau de cristalul activator, sau de amândouă, în alternanță. Și Brennan afirmă că „a împinge, a trage și a opri sunt cele trei modalități de bază în manevrarea energiei în scop terapeutic."[101]

Cristalul activator, folosit în scopul amplificării voinței unui operator expert și sensibil, devine instrumentul în stare să determine eficacitatea mai mare sau mai mică a ședinței. Să nu ne temem să experimentăm utilizări diverse ale activatorului, nu numai cele descrise mai sus, având însă mereu prezentă în minte regula de a acționa în mod conștient și că energiile, chiar dacă nu le vedem, ele există oricum: noi, cu abilitățile noastre, vom fi cei care să le manevrăm pentru a aduce beneficii persoanei care face obiectul tatamentului.

După trecerea timpului dedicat ședinței, terapeutul începe să ridice pietrele în sens invers, altfel spus plecând de la cap, chakra a șaptea și ajungând până la prima chakra. Pietrele sunt

101. Brennan, *Mani di luce*, op.cit., p. 48.

repuse într-un recipient de sticlă pe al cărui fund s-a pus în prealabil un strat de sare, întrucât ele vor trebui purificate.

Pentru a confirma faptul că pietrele au reechilibrat chakrele defazate se efectuează o verificare cu pendulul numai pe chakrele în cauză. Dacă vreuna din chakre nu a dobândit încă mișcarea regulată în sensul orar, se trece la aplicarea direct pe piele în punctul corespunzător a 4-5 picături din florile lui Bach adecvate, având mereu în atenție faptul că chakra, fiind deosebit de dezechilibrată, va cere să fie tratată în ședințele următoare cu un număr mai mare de pietre sau cu pietre mai specifice și cu o mai mare implicare din partea terapeutului.

La sfârșitul ședinței, terapeutul execută de trei ori mângâierea aurei pacientului exprimând mental voința de a închide în ea vibrațiile de vindecare; apoi mulțumește ghizilor spirituali și entităților pe care le-a invocat în faza de centrare, se desparte de pacient și își îndreaptă atenția spre sine însuși pentru a relua contactul cu realitatea. Terapeutul vizualizează un fascicul de lumină albă care, intrând înăuntrul său la chakra a șaptea, recurăță organismul de eventualele vibrații negative care ar fi putut fi absorbite, sau se apleacă și atinge podeaua cu mâinile exprimând intenția de a descărca în pământ orice energie străină. Se apropie din nou de pacient și îl readuce cu delicatețe la starea de conștiență, iar dacă acesta nu iese din relaxare îi face un masaj la picioare pentru a ajuta procesul de revenire. În fine, amândoi beau câte un pahar de apă rece și discută despre senzațiile și imaginile avute, în scopul de a face o evaluare a efectelor produse de ședință.

14. EXEMPLE DE TRATAMENT

Tratamentul cu cuarțuri transparente

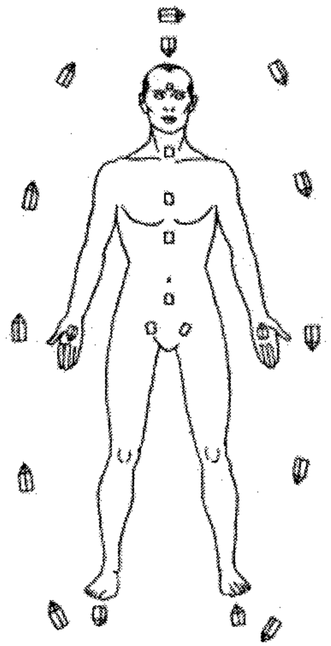


Fig. 16. Tratament numai cu cuarțuri transparente

Tratamentul numai cu cuarțuri transparente este indicat când vrem să energizăm și să reîncărcăm un subiect obosit, slăbit, astenic, convalescent sau în general lipsit de forță și vitalitate; este, apoi, indicat pentru curățarea aurei înainte de efectuarea tratamentelor specifice cu pietrele adecvate cazului, sau când se cunoaște că pacientul este intoxicat la diferite nivele. Patru ședințe consecutive numai cu cuarțuri transparente (una pe zi în patru zile consecutive) efectuează un drenaj al toxinelor prezente în aură și permit să se obțină o mai mare receptivitate a subiectului la ședințele următoare, care să se efectueze cu pietre colorate potrivit respectivului caz.

O ședință simplă cu cuarțuri transparente, fără cercul de 12 vârfuri împrejurul corpului poate fi executată în orice moment și cu noi înșine, în scopul de a ne reîncărca și de a stimula reechilibrarea chakrelor. În acest scop se va fi folosit un singur

cristal „cernut" pentru fiecare chakra, dar, evident, dacă crește numărul cuarțurilor, crește și sarcina ce se imprimă fiecărui vârtej energetic. În locul „cernutelor" se pot utiliza vârfurile de cuarț: orientarea acestora (spre cap sau spre picioare) va depinde de faptul, dacă vrem să calmăm planurile înalte ale persoanei canalizând energiile spre pământ și favorizând înrădăcinarea (vârfuri îndreptate spre picioare), sau stimulând-o și dându-i o încărcătură de tip mental prin energizarea nivelelor superioare, raportate la corpul fizic (vârfuri îndreptate spre corp). Cristalele prevăzute cu vârf îndreaptă fasciculul de energie în direcția vârfului și, deci, dezvoltă o acțiune mai dinamică față de cele „cernute", care, în schimb, împrăștie energia de jur împrejur în mod uniform.

Întrucât o ședință cu cuarțuri transparente dezvoltă întotdeauna un efect hotărât, de tip yang, s-ar putea să nu fie indicată în cazul unui subiect supraexcitat, hipercinetic, atins de forme de insomnie (spre exemplu, un subiect caracterizat de tipologiile unora din florile lui Bach ca: Impatiens, Vervain, White chestnut): un astfel de subiect va beneficia, în schimb, de un tratament bazat pe una din pietrele cele mai bune calmante ca piatra Lunii, calcit alb, calcit „spat de Islanda", fluorină, cuarț ametist.

Piciorul drept: un vârf de cuarț transparent îndreptat spre exterior

Piciorul stâng: un vârf de cuarț transparent îndreptat spre interior (dacă persoana este stângace se inversează direcțiile cristalelor)

Mâna dreaptă: ca și la piciorul drept

Mâna stângă: ca și la piciorul stâng

Prima chakra: două cuarțuri transparente cernute, de dimensiune medie

Chakrele: a doua, a treia, a patra, a cincea: un cuarț transparent cernut, de dimensiune medie

Chakra a șasea: un cuarț transparent cernut mic

Chakra a șaptea: un vârf de cuarț transparent, îndreptat spre interior

În jurul corpului: creați un cerc de 12 vârfuri de cuarț transparent, orientate în sensul acelor de ceasornic. După ce ați activat cuarțurile picioarelor, ale mâinilor și ați pus pietrele cernute pe corp și cristalul îndreptat spre cap, executați 12 rotații rapide cu cristalul activator, în timp ce efectuați o expirație, pe fiecare din cele 12 vârfuri așezate împrejurul corpului, plecând de la cel poziționat sub picioare și continuând în sens orar pe următoarele. La sfârșitul celor 12 rotații pe fiecare cristal, la trecerea la următorul trasați o linie de legătură între un cristal și celălalt, concentrându-vă în minte la crearea unei gogoașe energetice care va înfășura aura persoanei. Apoi așezați-vă lângă pacient și continuați în modalitățile recomandate la ședința de cristaloterapie. Dacă nu aveți la dispoziție 12 vârfuri de cuarț pentru a crea gogoașa energetică, vă puteți servi de 12 cuarțuri transparente cernute, activându-le și legându-le în același mod.

Tratamentul standard

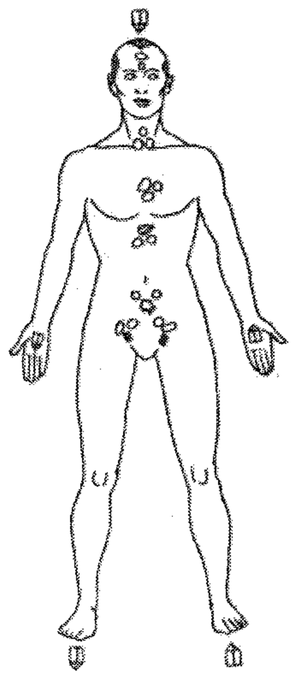


Fig. 17 – Tratamentul standard

Tratamentul standard este destinat unui subiect care nu suferă de tulburări specifice, dar necesită o reechilibrare generală a chakrelor. Se utilizează pietre din trusa de bază, câte trei pentru fiecare chakra. În particular, un astfel de tip de tratament este indicat în cazurile următoare:

a) ca prevenire la producerea de tulburări de diverse tipuri, în legătură cu dezechilibrele chakrelor;

b) pentru a favoriza relaxarea, destinderea mentală și circulația energetică;

c) pentru a interveni împotriva unor simptome generice sau boală ușoară, ce pot conduce la defazarea unuia sau mai multora din cele șapte vârtejuri energetice.

Este evident că în cazul patologiilor de o anumită importanță va trebui să potențăm tratamentul de cristaloterapie, recurgând la pietrele adecvate la situația subiectului tratat și punând în valoare fie o dispunere mai complexă a cristalelor, fie o mai mare cantitate a acestora.

Piciorul drept: un vârf de cuarț fumé îndreptat spre exterior;

Piciorul stâng: un vârf de cuarț fumé îndreptat spre interior;

Mâna dreaptă: un vârf de cuarț transparent îndreptat spre exterior;

Mâna stângă: un vârf de cuarț transparent îndreptat spre interior;

Prima chakra: jasp roșu, hematit, turmalină neagră (câte două exemplare din fiecare piatră se pun pe zona inghinală).

Chakra a doua: aragonit portocaliu, cornalină portocalie, jasp portocaliu (poate fi folosit și jaspul roșu);

Chakra a treia: ochi de tigru, cuarț citrin, cuarț cu rutil;

Chakra a patra: aventurin verde, cuarț roz, rodonit;

Chakra a cincea: acvamarin, lapislazuli, sodalit;

Chakra a șasea: ochi de șoim; eventual o altă piatră de culoare indigo, sau una de culoare violetă.

Chakra a șaptea: un vârf de cuarț ametist; sau, dacă punem o piatră violet pe chakra a șasea (în afară, evident, de piatra indigo, ca ochiul de șoim), un vârf de cuarț transparent.

Tratamentul articulat cu cuarțuri biterminate

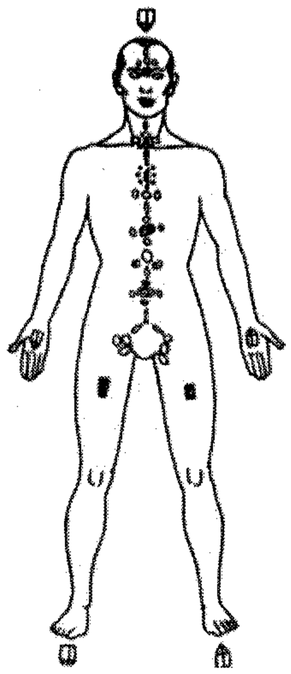


Fig. 18 – Tratament articulat cu cuarțuri biterminate.

Cu acest tip de tratament intrăm în domeniul unei cristaloterapii mai precise și implicată, aptă să vehiculeze energiile de reînsănătoșire pe un subiect care prezintă probleme de o anumită entitate. Dispunerea și alegerea pietrelor, în descrierea de mai jos, este numai un exemplu despre modul cum putem utiliza vibrațiile din regnul mineral și înzestrările noastre personale de vindecare: este de înțeles că un astfel de tratament nu se poate executa pe oricine, în orice împrejurare, ci va trebui să fie personalizat în funcție de tulburările de tratat, de datele scoase din lectura chakrelor cu pendulul și de cunoașterea nuanțelor terapeutice ale fiecărei pietre.

Piciorul drept: un vârf de cuarț fumé îndreptat spre exterior;

Piciorul stâng: un vârf de cuarț fumé îndreptat spre interior;

Șoldul (coapsa) drept și șoldul stâng: o turmalină neagră dispusă vertical;

Mâna dreaptă: un vârf de cuarț transparent îndreptat spre exterior;

Mâna stângă: un vârf de cuarț transparent îndreptat spre interior;

Prima chakra: pe fiecare inghinal: un hematit, un granat și un jasp roșu; pe zona corespunzătoare a părului pubian: un rubin și o rădăcină de rubin. Energiile pietrelor puse pe zonele inghinale sunt legate de rubin prin două mici cuarțuri transparente biterminate; un alt cuarț transparent biterminat de dimensiuni mai mari, leagă rubinul de pietrele chakrei a doua.

Chakra a doua: două jaspuri portocalii, două cornaline portocalii, câte una față în față, înconjurând o felie de agat portocaliu. Un cuarț transparent biterminat este prevăzut să regularizeze fluxul energetic între chakrele a doua și a treia.

Chakra a treia: în centrul plexului solar un ochi de tigru și în jurul lui patru cuarțuri citrin de dimensiuni mici, dispuse în cruce; mai jos, în apropierea buricului, un cuarț cu rutil primește energiile chakrei a doua, dirijate prin cuarțul transparent biterminat. Lateral de cuarțul cu rutil, două exemplare mici de ambră galbenă. Zona de legătură între chakrele a treia și a patra este stimulată de un cuarț transparent biterminat.

Chakra a patra: un kunzit pus în poziție centrală, având împrejur patru bucăți mici de aventurin verde și patru de cuarț roz, în alternanță; dedesubt, un malahit flancat de două rodonite. Și în acest caz, un cuarț transparent biterminat leagă chakra inimii de cea a gâtlejului.

Chakra a cincea: un sodalit ocupă șănțulețul de la baza gâtului; lateral de sodalit, două lapislazuli; trei mici aventurine sunt așezate imediat mai jos în apropierea biterminatului care canalizează la chakra a cincea energia inimii: acvamarinele formează un triunghi cu vârful îndreptat în sus. În centrul triunghiului, o turcoază. Un mic cuarț transparent biterminat este plasat deasupra sodalitului pe linia de început a gâtului.

Chakra a șasea: un nodul de azurit este pus între sprâncene; mai sus, un ochi de șoim flancat de două exemplare mici de cuarț ametist. Mai sus, un mic cuarț transparent biterminat.

Chakra a șaptea: un vârf mare de cuarț ametist, îndreptat spre cap și așezat pe un suport de material natural.

Tratamentul complex

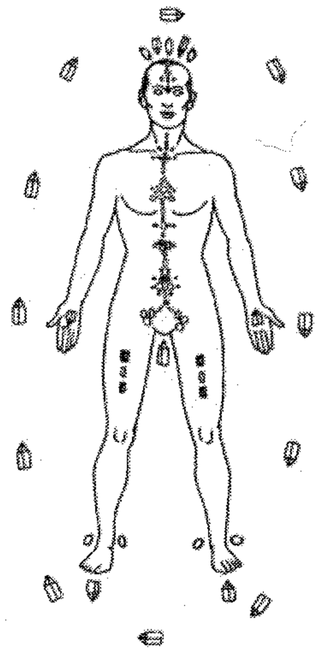


Fig. 19 – Tratamentul complex.

Cu tratamentul complex suntem în măsură să amorsăm o mare mișcare de energie, care va depinde nu numai de o mai mare cantitate de pietre și cristale folosite, ci și de o mai mare specificitate a acestora, raportată la cazul de tratat, precum și de faptul că vom alege pietre mai puțin comune, ale căror vibrații au o frecvență mult mai înaltă, față de cele angajate în tratamentul standard.

Tratamentul complex trebuie să fie gestionat cu deplina stăpânire a instrumentelor și tehnicii, pentru a nu crea supraîncărcări energetice nedorite și a-i asigura pacientului un aport puternic de stimuli vibrationali, care vor trebui să fie apți să acționeze asupra tulburărilor de care suferă acea persoană. Deși cu acest tip de tratament impactul energetic este într-adevăr notabil, nu este întotdeauna valabilă axioma: „Cu cât este mai gravă patologia, cu atât este mai puternică terapia": în unele cazuri trebuie să se acționeze gradual, plecând de la o problemă pentru ca mai apoi să se înfrunte, progresiv, celelalte. În fapt, adeseori chiar și simpla tratare a simptomului principal

sau a organului celui mai deficitar produc rezultate neprevăzute ce se repercutează benefic asupra întregului organism. „Terapia de șoc" executată prin tratamentul complex este indicată numai în anumite împrejurări și va trebui ca sensibilitatea terapeutului să o facă de avut în vedere pentru un astfel de tip de ședință, în care este angajat un mare număr de pietre, recurgând la exemplare mai specifice și mai costisitoare.

Se recomandă, deci, să ne fixăm asupra tratamentului complex numai în ultimă instanță, când suntem convinși că avem încredere în cristaloterapie, prin studiu, meditație și experimentare în ședințe mai simple și mai ales când se vor fi perfecționat înzestrările personale de sensibilitate la energiile pietrelor.

Piciorul drept: un vârf de cuarț fumé îndreptat spre exterior;

Piciorul stâng: un vârf de cuarț fumé îndreptat spre interior;

Glezna dreaptă și glezna stângă: lateral de fiecare gleznă câte două hematite puse pe patul de terapie;

Coapsa dreaptă și coapsa stângă: pe fiecare coapsă, o turmalină roșie și două turmaline negre dispuse vertical la 1-2 cm distanță între ele. Turmalina roșie se așază în mijloc, între cele negre.

Mâna dreaptă: un vârf de cuarț transparent îndreptat spre exterior;

Mâna stângă: un vârf de cuarț transparent îndreptat spre interior;

Chakra întâi: între picioare, în apropierea organelor genitale (pe un suport din material natural: lemn sau coșuleț de nuiele răsturnat): un vârf de cuarț fumé îndreptat spre interior; pe fiecare inghinal: un granat, un jasp roșu și un obsidian-fulg de nea; pe zona corespondentă părului pubian: un rubin sau o rădăcină de rubin. Pentru a lega pietrele puse pe inghinali cu rubinul se folosesc două cuarțuri hematoide biterminate mici, iar un al treilea cuarț hematoid biterminat unește rubinul cu pietrele chakrei a doua.[102]

102. Cuarțul hematoid, numit și „cuarț hiacinit de Compostela", prin faptul că este de notorietate mina spaniolă de la Santiago de Compostela, este de culoare roșiatică și ca atare este potrivit pentru prima chakra.

Chakra a doua: patru cornaline și patru adulare, în alternanță, înconjoară un aragonit portocaliu, un calcit portocaliu și un opal de foc. Un cuarț transparent biterminat leagă chakrele a doua și a treia;

Chakra a treia: un topaz galben este înconjurat de patru turmaline galbene: cele inferioare și cele superioare sunt dispuse pe verticală, iar cele laterale pe orizontală. Sub zona plexului solar, în apropierea ombilicului, un ochi de tigru, un cuarț citrin și un cuarț cu rutil sunt puși în centrul unei cruci formate de două mici bucăți de calcit galben în alternanță cu două bucăți mici de fluorină galbenă. Un cuarț transparent biterminat leagă plexul solar cu chakra inimii.

Chakra a patra: un moldavit pus în centru; patru bucăți de rodocrozit și patru turmaline verzi îl înconjoară. Mai jos, o rădăcină de smarald este flancată de un amazonit verde și de un calcit verde; sub rădăcina de smarald, o turmalină roz distribuie pietrelor de deasupra energia ce provine de la plexul solar, canalizată de cuarțul transparent biterminat. Deasupra cercului de rodocrozit și turmaline verzi, un octaedru de fluorină roz leagă zona cardiacă de cuarțul transparent biterminat care îndreaptă fluxul vibrațional la chakra a cincea.

Chakra a cincea: un cristal de disten este dispus pe verticală în șanțul (foseta) gâtului; alături de acesta, două mici topaze azurii. Mai jos, un mic ciorchine de cristale de celestină este așezat în centrul unei cruci formate din două lapislazuli și două calcite albastre, în alternanță. Mai sus, deasupra distenului, un mic cuarț transparent biterminat.

Chakra a șasea: în centrul sprâncenelor, un safir sau o rădăcină de safir; deasupra o mică turmalină indigo, flancată de două fluorine violete, servește de legătură cu sugilitul pus la baza părului; deasupra acestuia, un mic cuarț transparent biterminat.

Chakra a șaptea: un herkimer cu terminație dublă este flancat de două vârfuri de cuarț ametist îndreptate spre cap; alături de cuarțurile ametist, două marcasite.

În jurul corpului: se creează un cerc cu 12 vârfuri de cuarț transparent, după cum am arătat în exemplul de tratament numai cu cuarțuri transparente.

Tratament specific pentru un singur organ

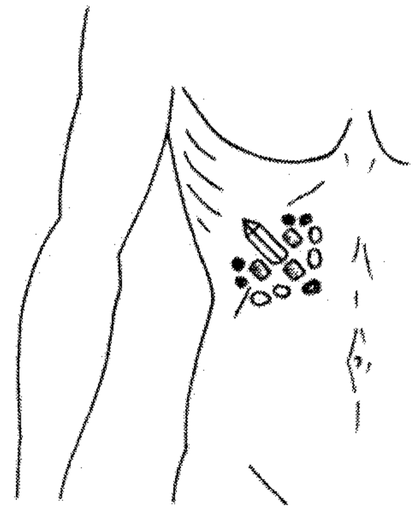


fig. 20 – Tratament specific pentru un singur organ.

Dacă numai o parte a corpului sau un organ prezintă tulburări, putem calibra ședința de cristaloterapie pentru a îndrepta energiile terapeutice în special în zona ce ne interesează. Aceasta nu înseamnă că vom dispune pietrele numai pe zona respectivă, întrucât efectul major de stimulare pentru vindecare îl avem întotdeauna numai prin relaxarea generală indusă de poziționarea cristalelor pe fiecare din cele șapte chakre principale și pe alte părți ale corpului (spre exemplu, picioarele și mâinile); este vorba mai curând de crearea unei configurații speciale adecvată la organul respectiv, care promovează eliminarea toxinelor prezente dezvoltând o acțiune de reechilibrare. Cunoașterea cristalelor potrivite organului și patologiei acestuia este importantă dar se va avea în vedere că unele pietre, ca spre exemplu cuarțul transparent și malahitul, sunt îndeobște recomandabile în toate cazurile pentru acțiunea lor prospectivă, purificatoare și alinătoare.

În dispunerea pietrelor pe chakre, ne vom orienta asupra tratamentului standard dacă examinarea vârtejurilor nu relevă probleme deosebite, altminteri vom adopta configurații mai complexe. În general, dacă obiectivul primar este acela de a ne ocupa de organul suferind, poate fi suficientă punerea unei singure pietre pe fiecare chakra și să i se rezerve organului în

chestiune un număr mai mare de exemplare. Se poate efectua și un tratament numai cu cuarțuri transparente în ce privesc chakrele și alte părți ale corpului (mâinile și picioarele) și să punem o configurație de pietre colorate, adecvate cazului, în jurul cristalului de cuarț transparent așezat pe organ. Într-adevăr este de importanță fundamentală să plasăm cel puțin un vârf de cuarț transparent în partea corpului de care vrem să ne ocupăm pentru a stimula drenarea toxinelor acumulate.

Să vedem, așadar, cazul specific al unui **ficat mărit**, intoxicat, suferind: acest organ atât de important, adesea neglijat, constituie un punct de referință esențial pentru sănătatea întregului organism. Începem să dispunem pietrele pe care le-am ales pe chakre după modalitățile obișnuite ale ședinței de cristaloterapie, iar pentru ultima creăm configurația ficatului: un cristal de cuarț transparent prevăzut cu vârf, de dimensiuni suficient de mari este pus în centrul zonei ce ne interesează, cu vârful îndreptat spre exteriorul corpului (ca alternativă se poate folosi o piramidă, tot de cuarț transparent); în jurul cristalului, trei cuarțuri transparente cernute flancate de două cornaline de culoare roșie închisă și două jaspuri, tot roșu închis; sub cuarțul cernut, așezat la baza cristalului prevăzut cu vârf, un granat servește de legătură între cornaline și jaspurile de pe partea dreaptă și de pe partea stângă.

O dată creată configurația ficatului începem ședința atingând cu cristalul activator primele, pietrele așezate pe chakre și ultimele, pietrele de pe ficat; să ne pregătim, apoi, să intervenim cu gândul, cu sensibilitatea și cu energiile noastre de vindecare asupra organului în cauză, prin mijlocirea pietrelor pe care le-am întins și, ca întotdeauna, ne servim în mod repetat de cristalul activator. Atingem de mai multe ori vârful de cuarț transparent cu activatorul și comandăm în minte acestuia din urmă să amorseze vindecarea energetică a ficatului expulzând vibrațiile negative acumulate în acest organ; aceste vibrații vor fi captate de vârful de cuarț transparent care va începe să le descarce în afara corpului. Prin mijlocirea activatorului, comandăm mental cristalului de cuarț să-și „asume" această obligație, transformându-se într-un fel de pungă ce aspiră toxinele și le aruncă în afara vârfului, îndepărtându-le de organism. În schimb, dacă folosim o piramidă, vom vizualiza

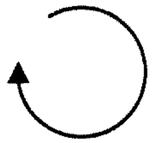
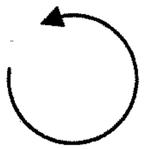
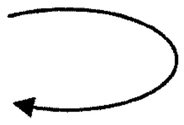
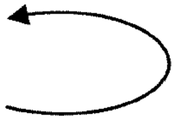
baza corpului solid care absoarbe vibrațiile negative, iar vârful care le împrăștie. În fine, le impunem cuarțurilor transparente cernute să dea ajutor acestui proces de purificare, iar cornalinelor și jaspurilor să regenereze celulele hepatice; în schimb, granatului îi vom da ordin să amelioreze calitatea sângelui care „stropește" ficatul. După ce am insistat de mai multe ori asupra acestei proceduri, ținem activatorul suspendat la circa doi centimetri distanță de cristalul așezat pe ficat, apoi îl trecem în mod repetat, cu mișcări decise, plecând de la baza acestui cristal „aspirator" pentru a ajunge la vârf: vom vizualiza un fum gri în care se adună toate impuritățile și care iese din vârful aspiratorului și se împrăștie în pământ.

Dacă, pe durata ședinței persoana se plânge de dureri sau senzații neplăcute în zona tratată, semnalul indică fluxul de energie care a început să se „intereseze" de ficat, stimulându-i purificarea și reechilibrarea; totuși, dacă senzațiile devin prea apăsătoare și neplăcute, este nevoie să apreciem dacă nu este cazul să întrerupem ședința, sau dacă este de preferat să înlocuim pietrele pentru a conduce stimularea vibrațională spre un context mai delicat, tolerabil pentru pacient. Îl întrebăm, deci, pe pacient dacă este în măsură să continue tratamentul, ori dacă senzația de neplăcere este prea accentuată și greu de suportat. În primul caz, se va menține configurația pe organ dar se va încerca să se acționeze cu cristalul activator pe chakrele a șasea și a șaptea pentru a favoriza relaxarea și se va avea în vedere oportunitatea reducerii duratei ședinței; în al doilea caz, se vor ridica toate pietrele cu excepția cuarțului transparent prevăzut cu vârf și se vor așeza în jurul acestuia 3-4 exemplare de malahit, impunându-le mental acestora, prin mijlocirea cristalului activator, direct asupra lor, să absoarbă senzațiile neplăcute și să calmeze reacția neplăcută cauzată de drenajul în curs de desfășurare.

Astfel de modalități, analoage celor descrise mai sus, vor fi efectuate pentru a se interveni asupra altor organe, având mereu ingeniozitatea de a uni pietrele adecvate acelor organe cu cuarțul transparent sau cu malahitul.

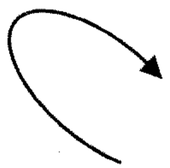
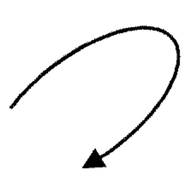
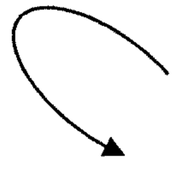
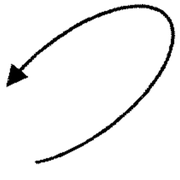
Apendice

CITIREA CHAKRELOR CU AJUTORUL PENDULULUI[103]

Simbolul*	Descrierea mișcării	Starea psihologică
	În sens orar, circulară	Chakra deschisă și echilibrată, percepție limpede a realității
	În sens antiorar, circulară	Chakra închisă și dezechilibrată; percepție falsificată asupra realității.
	În sens orar, eliptică orizontală	Chakra deschisă, cu o anumită comprimare sau reținere a energiei în partea de jos, spre sfera instinctivă, pentru a evita interacțiunea de tip pasiv cu ceilalți.
	În sens orar, eliptică verticală	Chakra deschisă, cu o anumită așezare a energiei spre partea de sus, spre sfera spirituală, pentru a evita interacțiunea de tip activ cu ceilalți.
	În sens antiorar, eliptică orizontală	Chakra închisă, cu o anumită comprimare sau reținere a energiei în jos, spre sfera instinctivă, pentru a evita interacțiunea de tip pasiv cu ceilalți.

*Simbolurile se referă la viziunea frontală a pacientului de către terapeut

103. Schemă reprodusă după: Brennan, *Mani di luce*, op.cit., p. 88.

	În sens antiorar, eliptică verticală	Chakra închisă, cu așezarea energiei spre partea de sus, spre sfera spirituală, pentru a evita interacțiunea de tip activ cu ceilalți.
	În sens orar, eliptică cu înclinare spre dreapta	Chakra deschisă; ruptură între activitate și receptivitate, cu dominarea aspectelor active ale personalității; percepția realității viciate de o propensiune spre valorile active, masculine, yang.
	În sens orar, eliptică cu înclinare spre stânga	Chakra deschisă; ruptură între activitate și receptivitate, cu prevalarea aspectelor pasive ale personalității; percepția realității viciate de o propensiune spre valorile pasive, feminine, yin.
	În sens antiorar, eliptică cu înclinare spre dreapta	Chakra închisă; ruptură, cu aspect activ mai dezvoltat față de cel pasiv și cu proiecții în realitate de tip agresiv, yang.
	În sens antiorar, eliptică cu înclinare spre stânga	Chakra închisă; ruptură, cu aspect pasiv mai dezvoltat decât cel activ și cu proiecții în realitate de tip receptiv, yin
	În linie dreaptă, orizontală	Deplasarea sentimentelor și energiilor spre sfera instinctivă pentru a evita interacțiunea personală.

	În linie dreaptă, verticală	Deplasarea sentimentelor și energiilor spre sfera spirituală pentru a evita interacțiunea personală.
	În linie dreaptă, pe diagonală spre dreapta	Ruptură între aspectul activ și aspectul pasiv al personalității, cu preponderența aspectului agresiv.
	În linie dreaptă, pe diagonală spre stânga	Ruptură între aspectul activ și aspectul pasiv al personalității, cu preponderența aspectului receptiv.
	În sens orar, eliptică, cu deplasarea axei	Mare schimbare în curs a subiectului, care lucrează activ și profund asupra problemelor legate de chakra; haos pozitiv ce ar trebui să conducă la o ameliorare.
	În sens antiorar, eliptică, cu deplasarea axei	Ca la situația anterioară, dar cu haos negativ: ameliorarea este încă departe.
	Fixă	Chakra inactivă, care va duce la apariția de tulburări de diverse tipuri

CORESPONDENȚA ÎNTRE FLORILE LUI BACH ȘI CRISTALE

Remediul floral	Piatra principe	Pietre complementare
Agrimony	Labrador	Amazonit, kunzit
Aspen	Turmalină neagră	Onix negru, turcoază
Beech	Smarald	Crisocol, piatra Lunii
Centaury	Rodocrozit	Hematit, ochi de tigru
Cerato	Safir	Agat azuriu, ochi de pisică
Cherry Plum	Obsidian negru	Opal de foc, obsidian-fulg de nea
Chestnut Bud	Calcit verde	Disten, cornalină
Chicory	Dioptaz	Crisopraz, rubin
Clematis	Hematit	Granat, pirită
Crab Apple	Ambra	Aventurin verde, opal alb
Elm	Agat galben	Fluorină, cuarț cu rutil
Gentian	Sugilit	Lapislazuli, safir
Gorse	Lapislazuli	Jad, lepidolit
Heather	Cuarț roz	Crisopraz, turmalină roz
Honeysuckle	Lemn pietrificat	Amazonit, ambră
Hornbeam	Kunzit	Agat galben, dolomită
Impatiens	Iolit	Onix alb, sodalit
Larch	Ochi de tigru	Granat, cuarț citrin
Mimulus	Marcasit	Acvamarin, jad
Mustard	Piatra Soarelui	Peridot, turcoază
Oak	Cuarț citrin	Ochi de bou, cuarț ametist
Olive	Cuarț cu rutil	Agat roșu, dolomită
Pine	Peridot	Aragonit portocaliu, turmalină verde
Red Chestnut	Magnetită	Heliotrop, piatra Lunii
Rock Rose	Topaz galben	Jasp roșu, piatra Soarelui
Rock Water	Ochi de șoim	Iolit, zircon
Scleranthus	Cuarț ametrin	Labrador, onix alb-negru

Star of Bethlehem	Rodonit	Lemn pietrificat, cuarț transparent
Sweet Chestnut	Diopsid „Black Star”	Herkimer, turmalinã neagrã
Vervain	Cuarț ametist	Malahit, onix alb
Vine	Rubin	Smarald, turmalină roz
Walnut	Calcit alb	Magnetită, pietersit
Water Violet	Aragonit portocaliu	Cornalină, rodocrozit
White Chestnut	Fluorină	Sodalit, zircon
Wild Oat	Jasp roșu	Ochi de pisică, cuarț citrin
Wild Rose	Lepidolit	Sugilit, turmalină verde
Willow	Cuarț fumé	Malahit, rodonit
Rescue Remedy	Cuarț transparent	Herkimer, cuarț cu turmalină